

SECONDI PIATTI

Pescatrice ripiena al forno

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 15 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

- 1
- 5 Kg pescatrice
- cipolline novelle
- 1 scalogno
- 3 fette pan carré
- prezzemolo
- 1 spicchio d'aglio
- 4 acciughe dissalate
- olio extravergine di oliva
- pepe nero di mulinello
- sale

PREPARAZIONE



2 Pulite la pescatrice, ricavate la coda e spellatela.



3 Apritela a libro eliminando la cartilagine centrale e le poche spine.



4 Preparete la farcitura: eliminate la crosta dalle fette di pan carré, mescolate ed amalgamate bene con il prezzemolo, lo spicchio d'aglio, le acciughe dissalate, l'olio, sale e pepe nero di mulinello.



5 Mettete in una terrina ed amalgamate con olio fino ad ottenere un impasto consistente.



6 Farcite la pescatrice, legatela con spago da cucina, salate e pepate.

Tritate le cipolline novelle e lo scalogno.



- 7 Posate la pescatrice su di una placca rivestita di carta stagnola, aggiungete le cipolline tritate grossolanamente e lo scalogno affettato, condite con un filo d'olio.



8 Infornate a forno caldo a 190° per 15 minuti, quando sarà cotta liberatela dallo spago.



9 Scaloppate, nappate con il fondo di cottura e servite ben caldo.



Per 2 persone.

NOTE