



## IL PESCE

4 cucchiaini di burro

6 cucchiaini di farina bianca normale

2 tazze di latte

2 foglie di alloro

noce moscata appena grattugiata

sale e pepe a piacere

2 rametti di prezzemolo per la decorazione.

## PREPARAZIONE

- 1 Mettere il pesce in una casseruola larga e profonda con tutti gli ingredienti elencati per cuocere il pesce. Portare a bollitura a fuoco medio. Assicurarsi che ci sia acqua a sufficienza a mantenere il pesce immerso per tutto il tempo. Lasciare che il pesce cuocia fino a cottura ultimata. Assicuratevi che il pesce non sia troppo cotto. Controllate a intervalli regolari così da vedere quando il pesce sia cotto ma non spappolato. Rimuovere delicatamente il pesce in un solo pezzo e trasferirlo in un piatto di portata. La besciamella verrà versata sul pesce. Sciogliere il burro per la [besciamella](#) in una casseruola pesante a fuoco medio. Aggiungere la farina e cuocere fino a doratura, mescolando costantemente per assicurare una miscela morbida. Incorporare in metà del latte, mescolando vigorosamente fino a che sia ben amalgamato, quindi miscelare anche il latte rimanente. Aggiungere le foglie d'alloro. Salare e pepare e aggiungere la noce moscata a piacere. Ridurre il fuoco a medio, coprire e far sobbollire gentilmente per circa 5/10 minuti, miscelare occasionalmente. Assicurarsi che la consistenza della salsa non sia né troppo densa né troppo liquida. Versare sul pesce cotto nel piatto di cottura e servire immediatamente. Decorare con i rametti di prezzemolo. Servire con insalata e pane appena cotto. Ideale come antipasto prima del piatto principale.