

SECONDI PIATTI

## Pesce cotto al forno

LUOGO: *Africa / Marocco*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *molto bassa*    REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*



### *1 BEL PESCE (L'ALOSA, LA LAMPUGA, ETC.) DECORAZIONI*

*½ kg di patate*

*sbucciate e tagliate a rondelle*

*2 kg di pomodori tagliati a rondelle*

*4 peperoni a campana grigliati tagliati in  
lunghe strisce*

*4 peperoncini verdi*

*½ tazza di olio d'oliva*

*1 mazzetto di prezzemolo schiacciato*

*sale e pepe*

*2 limoni tagliati a rondelle*

*succo di pomodoro.*

## PREPARAZIONE

- 1** Schiacciare il coriandolo con il sale e l'aglio, miscelare in un piatto con del peperoncino piccante e dolce, il cumino, il succo di limone, l'acqua e l'olio d'oliva, coprire il pesce con

questo preparato e lasciare che s'impregni per 2 ore.

Coprire la teglia con rondelle di patate, metterci sopra il pesce e coprire con pomodori in rondelle, aggiungere le fette di peperone a campana, quello dolce e miscelare il peperoncino rosso e l'olio cospargendolo di prezzemolo, sale e pepe decorare con limone a rondelle.

Bagnare il tutto con passata di pomodoro miscelato con la salamoia, cuocere per 40 minuti a fuoco medio, bagnare con il proprio liquido a metà cottura, ridurre la salsa. Presentare il pesce completo decorato con metà delle rondelle di pomodoro fresco alternato con rondelle di limone e prezzemolo.