

SECONDI PIATTI

Pesce spatola al curry

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [15 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

PESCE SPATOLA in filetti - 800 gr

PORRI 2

LATTE DI COCCO 400 ml

PASTA DI CURRY GIALLO 1 cucchiaino da
tavola

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2
cucchiaini da tavola

RISO BASMATI 200 gr

Pesce spatola al curry: un piatto di casa nostra ma con un bel tocco esotico... Il pesce spatola è molto morbido e delicato e crea un gran bel contrasto con il curry. Servito col riso basmati diventa un piatto unico davvero stuzzicante!

PREPARAZIONE

- 1 Pulite i porri rimuovendo le foglie esterne più coriacee e tagliate la parte più verde e dura conservando la parte più chiara e tenera.

Affettate i porri finemente.

Fate scaldare l'olio in un wok, quindi unite i porri e lasciateli rosolare a fiamma vivace.



2 Quando i porri saranno appassiti e ben rosolati, rimuoveteli dal wok.

Nello stesso wok utilizzato per i porri, unite i filetti di pesce e fateli rosolare a fiamma alta.



3 Non appena questi avranno cambiato colore diventando d'un bianco opaco, unite al wok la pasta di curry e metà del latte di cocco a disposizione cosicchè la pasta di curry possa stemperarsi nel liquido.



- 4 Quando il latte di cocco sarà evaporato caramellando il fondo del wok, unite nuovamente i porri, lasciate saltare per un paio di minuti.



5 Unite, infine, il latte di cocco rimanente e lasciate cuocere giusto quanto serve a formare una bella crema.



6 Servite il pesce nappato con la crema al curry e accompagnandolo con del riso bianco semplicemente lessato.