

SECONDI PIATTI

## Spigola in salsa bianca

LUOGO: Europa / Turchia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: media    PREPARAZIONE: 30 min    COTTURA: 80 min    COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



### INGREDIENTI

SPIGOLA 4

GAMBERETTI 200 gr

FUNGHI 200 gr

PARMIGIANO REGGIANO grattugiato -  
100 gr

BURRO 50 gr

CAROTE piccola - 1

CIPOLLE piccola - 1

ALLORO 2 foglie

ACQUA 1,5 l

SALE

### INGREDIENTI PER LA BESCIAMELLA

FARINA 70 gr

BURRO 70 gr

LATTE INTERO ½ l

BRODO DI PESCE 1 tazza

# PREPARAZIONE

**1** Pulite il pesce e sfilettatelo. Tenete da parte le teste, le code e le lische.

Ungete di burro una padella, sistemate i filetti, spolverizzateli con un po' di sale e lasciateli da parte.

Mettete le teste, le code e le lische in una pentola insieme alla carota, alla cipolla, alle foglie di alloro, e un po' di sale. Aggiungete l'acqua fredda.



**2** Portate a bollore, schiumate, abbassate la fiamma e cuocete senza coperchio per un'ora. Filtrate il brodo e lasciatelo da parte.

Lavate i gamberetti, sbollentateli per tre minuti, sgusciateli e teneteli da parte.



**3** Pulite e tagliate i funghi, distribuiteli sui filetti di pesce, versate metà del brodo e cuocete a fuoco medio per 15-20 minuti.





- 4 Togliete il pesce lasciandolo da parte e continuate a cuocere i funghi finchè il liquido non si riduce.



- 5 Preparate la besciamella sciogliendo il burro in un tegame e incorporando in un sol colpo la farina servendovi di un cucchiaio di legno.





**6** Quando questa comincia a prendere un colore nocciola, versate il latte bollente e il rimanente brodo di pesce, salate, sempre mescolando e continuate a cuocere a fuoco basso finché non s'addensi.





**7** Aggiungete la metà del formaggio grattugiato, aggiustate di sale e togliete dal fuoco.



**8** Tagliate i filetti in piccole parti e adagiateli in una casseruola imburrata. Unite i funghi, i gamberetti, la besciamella ed il formaggio rimanente.



9 Prima di servire, rimettete sul fuoco qualche minuto per far sciogliere il formaggio.