

SECONDI PIATTI

Umido piccante di cerniotto

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 60 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

- 1 cernia di 750 g
- 10 olive nere
- 10 pomodorini piccadilly
- 1 patata
- 1 spicchio d'aglio
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 1 peperoncino piccante
- 1 cucchiaino semi di finocchio
- 1/2 bicchiere vino bianco aromatico
- olio extra vergine di oliva

PREPARAZIONE

1 Ricavate i filetti dal pesce e disliscateli con cura.





2 Con le lische e la testa fate un fumetto, bollendoli in acqua salata con gli odori per 30 minuti.



3 Preparate un fondo con 4 cucchiai di olio, 1 spicchio d'aglio e il peperoncino secco sbriciolato.



- 4 Quando l'aglio inizia a prendere colore, posate nella casseruola i filetti dal lato della pelle e salateli, poi sfumate con il vino aromatico e quando è evaporato unite i pomodorini tagliati a metà, la patata a cubetti e qualche foglia di prezzemolo.



- 5 Eliminate lo spicchio d'aglio e per aromatizzare aggiungete i semi di finocchio.



- 6 Cuocete per 20 minuti aggiungendo un mestolino di fumetto di pesce, poi verso fine cottura quando i pomodorini sono sufficientemente appassiti unite una decina d'olive nere, aggiustate di sale se necessario e lasciate il sugo alquanto lento.



- 7 Impiattate dividendo equamente le olive e i pezzetti di patata che devono essere ben morbidi ma non si devono disfare.



Per 2 porzioni

NOTE