

SECONDI PIATTI

Branzino al sale

di: *Cookaround*

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 40 min COSTO:
molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Il branzino al sale è proprio la ricetta perfetta per chi ha difficoltà oppure ha delle remore nel preparare il pesce.

Spesso, infatti, ci si preoccupa di rovinarlo cuocendolo eccessivamente o non cuocendolo abbastanza finendo col non prepararlo affatto.

E' un peccato perchè tutti sappiamo quanto il pesce non solo faccia bene ma sia anche buono e costituisca una scelta ottima sia per i grandi che per i bambini! La cottura del pesce, in questo caso del branzino, al sale è proprio il modo perfetto per non sbagliarsi!

Si tratta di una ricetta davvero molto semplice che

vi consigliamo di provare. Il risultato vi lascerà davvero a bocca aperta e vi chiederete "ma l'ho preparato davvero io?" ebbene si, cadrà anche il tabù della cottura del pesce al forno :)

INGREDIENTI

BRANZINO da 500 gr l'uno - 2

SALE GROSSO 2 kg

LIMONE in fette - 2

PREZZEMOLO 5 foglie

PREPARAZIONE

1 Preparare il branzino al sale è proprio semplicissimo.

Per prima cosa ricava dal limone due fette, che poi andrai a tagliare a metà.

Trita il prezzemolo grossolanamente e salalo con un pizzico di sale.





2 Massaggia le fette di limone con il trito di sale e prezzemolo.

Disponi 1/4 del sale grosso sul fondo di una teglia grande abbastanza per contenere il pesce o i pesci se li cuoci insieme.

Adagia il branzino già pulito dalle interiora ma **non squamato**, sul sale e riempi la inserisci 2 fette di limone all'interno della pancia. Infine chiudi la pancia, cercando di far coincidere i lembi di carne.

Se pulire il pesce non è un'operazione che gradisci fare, compra il pece già pulito, sarà molto più comodo avere il pesce già pronto bello pulito solo da cuocere. Ma mi raccomando, le squame, servono a proteggere il pesce dal sale che userai per la cottura.





3 Copri ora i pesci con il restante sale. devono essere ben coperti, quindi se serve aggiungi altro sale.

Cuoci in forno statico preriscaldato a 220°C per 25 minuti.

Questa è la temperatura e il tempo giusti per un pesce di 500g pulito, per ogni 500g di pesce in più, sarà necessario aggiungere 15 minuti di cottura.



- 4 Una volta cotto, attendi qualche minuto, poi puoi cominciare, con l'aiuto di un cucchiaio, a liberare il branzino dal sale che lo ricopre .

Trasferiscilo su un piatto da portata se intendi servirlo intero o su un tagliere, se preferisci sporzionarlo. In questo caso, utilizza un cucchiaio per incidere la pelle intorno alla guancia e allo stesso modo, lungo la spina dorsale.

Rimuovi la pelle, che si staccherà facilmente.

Se la pelle viene via facilmente, e la carne risulta umida e succosa, allora il pesce è cotto alla perfezione. altrimenti, rimettilo in forno qualche minuto senza ricoprirlo di sale





5 Separa i filetti dalla lisca e impiatta.

Procedi allo stesso modo dall'altro lato una volta girato il pesce.

Servi con un semplice filo d'olio e uno spicchio di limone.

