

SECONDI PIATTI

Pesce al curry al peperoncino rosso e cocco - Laal Kalwan

LUOGO: *Asia / India*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *15 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*

NOTE: *15 MINUTI DI MARINATURA*



Laal Kalwan ovvero pesce al curry al peperoncino rosso e cocco, un piatto indiano dell'area costiera dove il pesce, i peperoncini ed il cocco sono ingredienti facilmente reperibili.

Si tratta di un piatto veloce, gustoso e ricco di colore...il nostro consiglio è di accompagnarlo a del riso bianco profumato.

INGREDIENTI

PESCE BIANCO 750 gr
CURCUMA MACINATA 1 cucchiaino da tè
ZUCCHERO ½ cucchiaini da tavola
SUCCO DI LIME ½ cucchiaini da tavola
OLIO DI SEMI 1 cucchiaino da tavola
SALE

PER LA PASTA DI SPEZIE ROSSE

PEPERONCINO IN POLVERE ½ cucchiaini da tè
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE secchi - 8
COCCO DISIDRATATO 30 gr
SPICCHIO DI AGLIO 3
ACETO DI MALTO o aceto rosso - 1 cucchiaino da tavola

PREPARAZIONE

- 1 Mettete in ammollo i peperoncini secchi in modo tale che si reidratino leggermente.



- 2 Nel frattempo riunite nel boccale del tritatutto gli spicchi d'aglio, il cocco disidratato, l'aceto ed i peperoncini. Frullate fino ad ottenere un composto omogeneo.

Regolate la densità aggiungendo poca acqua d'ammollo dei peperoncini.

Trasferite in una ciotola, unite il peperoncino e mescolate.







3 Tagliate il pesce in tranci.



4 Riunite in una ciotola la curcuma, lo zucchero ed il succo di limone e mescolate.

Disponete i filetti di pesce in una terrina, copriteli e frizionateli con il composto appena realizzato con la curcuma.

Coprite con la pellicola e lasciate marinare per circa 15 minuti.





- 5 A questo punto, fate scaldare un cucchiaio d'olio di semi in una padella, preferibilmente in ferro, aggiungete la pasta di spezie rosse e fatela soffriggere.



6 Abbassare la fiamma, coprire e cuocere a fuoco lento per 10'. Unire i filetti con la marinata e la pasta di spezie, versare 250 di acqua e salare. Coprire e cuocere per 10'.



