

SECONDI PIATTI

Pesce spada al forno

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 35 min COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: difficile



La ricetta che cuciniamo oggi è un classico [piatto di mare](#) che almeno una volta nella vita dovete aver provato a cucinare, stiamo parlando del **pesce spada al forno**, La versione che ci piace condividere in questo articolo è quella in cui il **pesce spada** viene cotto in un cartoccio di carta forno. La cottura al cartoccio rende la carne del pesce ricca di sapori e densa di profumi, infatti, ogni ingrediente aggiuntivo usato per condire il pesce spada verrà reso parte integrante del piatto finito.

Se avete un debole per i piatti dai sapori delicati e prelibati allora questa ricetta di pesce fa al caso vostro, mai più pesce secco e duro! Solo una carne che si scioglie in bocca ad ogni boccone, come

diceva uno un po' di tempo fa: "Provare per credere!"

Vi sta appassionando il tema Cottura Al Cartoccio?

Bene abbiamo un sacco di ricette cucinate con questa tecnica nel nostro portale, vogliamo suggerirvi anche queste:

[Gli Spaghetti al Cartoccio](#)

[Patate e barbabietole al cartoccio](#)

INGREDIENTI

PESCE SPADA 4 fette

LIMONE 1

SPICCHI DI AGLIO 2

CAPPERI SOTTO SALE 2 cucchiaini da tavola

OLIVE VERDI 8

PREZZEMOLO

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare il **pesce spada al forno** nel cartoccio per prima cosa preparate le fette di pesce spada lavandole sotto acqua corrente, quindi tamponatele con carta da cucina. Disponete ogni fetta di pesce spada al centro di un foglio di carta forno ed adagiatelo sopra un foglio di alluminio.





2 Tagliate a fette sottili il limone, tritate le olive verdi e dividete gli spicchi d'aglio a metà, lavate i capperi sotto sale sotto acqua corrente. Spolverizzate le fette di pesce con un pizzico di sale e di pepe, distribuite sulla superficie gli spicchi d'aglio, le olive tritate ed i capperi, adagiateci delle fette di limone ed il prezzemolo.





- 3** Piegate la carta forno in modo da ricoprire il pesce spada, chiudete le estremità con dello spago in modo da avere una forma simile a quella di una caramella. Sigillate il tutto avvolgendo con la carta forno, infornate in forno statico già caldo a 180°C per 35 minuti. Sfornate e delicatamente eliminate lo strato di alluminio quindi impiattate il vostro pesce spada al forno al cartoccio con il cartoccio ancora chiuso.





CONSIGLIO

Se l'idea delle fette di limone sopra il pesce spada non vi piace potete non metterle ma prima di chiudere il cartoccio versate due cucchiaini di succo di limone sopra ogni fetta di pesce spada.

CONSERVAZIONE

Il pesce spada al forno al cartoccio si conserva in frigorifero per massimo 1 giorno.