

ANTIPASTI E SNACK

Tartare di pesce spada

DOSI PER: 2 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 5 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



La **tartare di pesce spada** è un antipasto crudo raffinato, capace di unire sapori marini a una piacevole dolcezza fruttata. Per un menù di pesce completo, puoi far seguire il [Pesce spada alla siciliana](#), i saporiti [Saltimbocca di pesce spada](#) o il grande classico [Pesce spada al forno](#).

Se hai una vera e propria passione per le crudités, alterna questo piatto a una fresca [Tartare di salmone e avocado](#), alla tradizionale [Tartare di tonno e avocado](#) oppure alla dolce variante della [Tartare di tonno e mango](#). E per chi ama cimentarsi in profumi e sapori asiatici, prepara in casa un colorato [Chirashi sushi](#) accompagnato da eleganti [Gunkan](#). Preparati a ricevere infiniti complimenti!

INGREDIENTI PER LA TARTARE DI PESCE

SPADA

PESCE SPADA FRESCO (rigorosamente abbattuto per il consumo a crudo) - 300 gr
ALBICOCCHE fresche e mature - 3
LIME 1
PEPERONCINO
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2
cucchiaini da tavola
SALE FINO
PEPE NERO MACINATO Facoltativo -

PREPARA LA TARTARE DI PESCE SPADA

1 Assicurati che il pesce spada sia stato abbattuto correttamente; se hai acquistato pesce fresco non abbattuto, congelalo a -18°C per almeno 96 ore e poi scongelalo lentamente in frigorifero.

Pulisci il trancio di pesce spada eliminando la pelle esterna ed eventuali parti scure.

Taglia la carne soda dello spada prima a fette, poi a striscioline e infine a cubetti piccoli e regolari per creare la tua tartare. Riponila in una ciotola.

2 Lava accuratamente le albicocche, tagliale a metà ed elimina il nocciolo centrale.

Metti la polpa delle albicocche nel bicchiere del frullatore, aggiungi i cucchiaini di olio EVO, un pizzico di sale e una spruzzata di succo di lime.

Frulla il tutto con il minipimer fino a ottenere un'emulsione liscia, profumata e vellutata.

3 **Trita** finemente al coltello la punta di peperoncino fresco.

Condisci i cubetti di pesce spada versandovi sopra l'emulsione di albicocche appena preparata, la scorza grattugiata del lime e il peperoncino tritato.

4 **Mescola** delicatamente per non sfaldare il pesce e far amalgamare divinamente tutti i sapori.

Impiatta la tua tartare al centro del piatto, aiutandoti con il coppapasta, rimuovilo con cura e servila immediatamente ai tuoi ospiti!

IDEE ALTERNATIVE

Idea WOW: Per un tocco croccante e visivamente d'impatto, aggiungi alla tua tartare una granello di pistacchi tostatati o delle lamelle di mandorle.

Senza glutine e senza lattosio: Questa ricetta è naturalmente priva di glutine e lattosio, perfetta per chi ha queste specifiche intolleranze.

Variante Light: Sentiti libera di ridurre l'olio EVO a un solo cucchiaino per alleggerire l'emulsione, mantenendo intatto il profumo grazie alla freschezza della frutta.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per la riuscita sicura: È fondamentale tagliare la carne soda dello spada prima a fette, poi a striscioline e infine a cubetti piccoli e regolari. Mescola il tutto delicatamente per non sfaldare il pesce e far amalgamare i sapori in modo divino.

Lo sfizio in più: Servi la tartare accompagnandola con dei crostini di pane tostato o del pane carasau croccante per un magnifico contrasto di consistenze.

L'idea per i bambini: I più piccoli spesso non apprezzano il pesce crudo. Puoi scottare i cubetti di

pesce spada in padella per un paio di minuti, creando dei deliziosi bocconcini fruttati da servire cotti. Idea antispreco: Quando pulisci il trancio di pesce spada, devi eliminare la pelle esterna e le parti scure. Non buttare questi scarti! Puoi utilizzarli, cuocendoli a lungo insieme a sedano, carota e cipolla, per preparare un ottimo fumetto di pesce che ti servirà per insaporire futuri risotti.

CONSERVAZIONE DELLA TARTARE DI PESCE SPADA

Poiché si tratta di una preparazione a base di pesce crudo, **la tartare deve essere servita e consumata immediatamente**. Si sconsiglia la conservazione in frigorifero per preservarne consistenza e sicurezza. Assolutamente da evitare un secondo congelamento, dato che il pesce fresco è stato precedentemente abbattuto a -18°C per almeno 96 ore e poi scongelato in frigorifero per essere reso sicuro.