SECONDI PIATTI

Trota salmonata al vapore in stile cinese

LUOGO: Asia / Cina

DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

Se volete provare un piatto etnico molto semplice e saporito, la Trota salmonata al vapore in stile cinese è cio che fa per voi.

Un secondo di pesce, elegante e inusuale, perfetto per stupire e fare colpo. La cottura al vapore rende la carne della trota molto tenera e umida, pronta per accogliere il sugo saporito... insomma davvero una ricetta da non perdere!

INGREDIENTI

TROTA SALMONATA di ca. 350 g l'una - 4

VINO CINESE

OLIO DI SEMI in alternativa Olio E.V.O. - 5 cucchiai da tavola

PREZZEMOLO 1 ciuffo

SALSA DI SOIA ½ bicchieri

OLIO DI SEMI DI SESAMO 1 cucchiaio da tè

ZUCCHERO ½ cucchiai da tavola

SALE

ACQUA

Preparazione

1 Preparare la trota al vapore in stile cinese è veramente semplicissimo, ma soprattutto super veloce. Ma vediamo insieme come procedere: prendete le trote e dopo averle eviscerate e lavate bene sotto l'acqua corrente, adagiatele all'interno di una pirofila adatta per essere inserita nell'inserto della pentola per la cottura a vapore.

2 Condite le trote con un filo di vino cinese e insaporitele con un pizzico di sale, prima da un lato, poi dall'altro.

3 Portate a bollore l'acqua nella pentola per la cottura al vapore e appena l'acqua avrà raggiunto il bollore, mettete la pirofila con le trote condite, all'interno dell'inserto della pentola. Coprite e lasciate cuocere per circa 10-12 minuti. Considerate che il tempo necessario per la cottura delle trote può variare a secondo della pezzatura.

4 Trascorso il tempo indicato, allontanate la pirofila dalla pentola e trasferite le trote all'interno di un piatto da portata, possibilmente con i bordi alti. Cospargete le trote con delle foglioline di prezzemolo e mettetele da parte.

5 Versate in una padella l'olio di semi o olio extravergine d'oliva, come preferite e lasciate scaldare l'olio fino a quasi farlo fumare.

6 Quando l'olio avrà raggiunto la giusta temperatura, versate l'olio bollente sopra le trote, facendo attenzione a non scottarvi.

7 A questo punto nella stessa padella dove avete appena fatto scaldare l'olio, versate poca acqua. Accendete il fuoco e aggiungete in padella: la salsa di soia, l'olio di sesamo e infine lo zucchero. Mescolate, lasciate che i liquidi prendano il bollore e che lo zucchero si sciolga completamente, fino a quando vedrete formarsi una salsa.

8 Versate la salsa ottenuta sulle trote e servite.