

ANTIPASTI E SNACK

## Trota salmonata sotto sale

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    COSTO: basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Trota salmonata sotto sale

### INGREDIENTI

TROTA SALMONATA 1

SALE per la marinatura - 60 gr

ZUCCHERO per la marinatura - 60 gr

RAPA 1

ACETO FERMENTATO FILIPPINO

SENAPE GIAPPONESE 3 diverse varietà -

AGLIO FRESCO 1

SALE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

### PREPARAZIONE

- 1 Per preparare la trota salmonata sotto sale, per prima cosa eviscerate bene la trota e sciacquatela sotto l'acqua corrente. Con un foglio di carta assorbente asciugate il più possibile la pelle della trota per facilitarvi la presa. A questo punto sfilettate la trota: praticate un'incisione con il coltello, sotto la branchia. Arrivate con il coltello all'altezza della spina centrale e con delicatezza piano piano incidete il dorso della trota mantenendovi sempre sopra la lisca centrale, ottenendo così il primo filetto. Procedete

nello stesso modo anche dall'altro lato.





2 Una volta che avrete sfilettato la trota e ottenuto i due filetti, con tanta pazienza, cercate di eliminare il più possibile tutte le lisce rimaste su ciascun filetto.



- 3** Predisponete i filetti di trota salmonata, su di una griglia che avrete messo all'interno di una placca. Distribuite su ciascun filetto il sale e lo zucchero in uguali quantità. Coprite i filetti con della pellicola trasparente e mettete a marinare, da un minimo di 6 ore, ad un massimo di 24 ore, a seconda della grandezza dei filetti.





- 4 Trascorso il tempo necessario per la marinatura dei filetti di trota salmonata, prima di servire i filetti preparate il contorno che preferite.

Nel nostro caso, prendete la rapa fresca, sbucciatela e con una mandolina, tagliatela a fettine sottili.





- 5 Raccogliete le fettine di rapa, all'interno di un recipiente e mettetele a marinare con dell'aceto fermentato filippino, assieme a delle fettine di aglio fresco, al quale avrete eliminato, la parte esterna più dura per circa 10 minuti.





- 6** Prendete le tre diverse varietà di senape giapponese, eliminate da ciascun tipo, la parte centrale più dura. Affettate a fettine sottili il tipo di senape giapponese a foglia larga.





- 7** Prendete i filetti di trota salmonata marinati e sciacquateli sotto l'acqua corrente, in maniera da poter eliminare i residui di sale e zucchero rimasti sulla superficie dei filetti. Con un foglio di carta assorbente, asciugate i filetti di trota e con un coltello ricavate la polpa da ciascun filetto.





**8** Preparate in un recipiente, un'emulsione con un dell'olio, un filo d'olio d'aceto fermentato giapponese e un pizzico di sale, che vi servirà per condire i filetti di trota e le erbe a piatto finito.





9 Tagliate a bastoncino le fette di rapa marinate. Mettete le erbe, i bastoncini di rapa e le fette di aglio fresco predisposte a piacere su un piatto da portata ed infine aggiungete sopra il tutto la trota salmonata.





10 Condite il tutto con l'emulsione appena preparata e servite.

