

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa di pesce classica senza spine

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **media** PREPARAZIONE: **20 min** COTTURA: **60 min** COSTO: **elevato**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



La **zuppa di pesce** è un **piatto tipico della cucina italiana**, che si prepara con **vari tipi di pesce e frutti di mare**, cotti insieme con pomodoro, aglio, prezzemolo e peperoncino. **La zuppa di pesce classica**, per tradizione, richiede l'uso di pesci con le spine, che vanno poi eliminati con cura prima di servire. Tuttavia, esistono anche delle versioni che utilizzano **solo pesci senza spine, come nella nostra ricetta** che ti consiglio di seguire soprattutto **se hai bambini a tavola**.

La zuppa di pesce si serve solitamente in una zuppiera, accompagnata da **crostini di pane tostato e sfregato con aglio**. Si tratta di un piatto della

tradizione e delle feste, soprattutto in alcune regioni italiane, come l'Emilia-Romagna, le Marche, la Toscana, la Campania e la Sicilia, dove la tradizione delle ricette di mare è ben radicata sul territorio. Chiaramente ogni regione ha **la sua ricetta tipica**, che varia a seconda dei pesci disponibili e delle spezie usate.

Segui la nostra **ricetta con video e passo passo fotografico**, per cucinare in modo facile e sicuro una perfetta zuppa di pesce classica senza spine.

Se ami i [piatti di mare](#), ecco altre **ricette con il pesce** che potrebbero piacerti:

[Cavatelli con le cozze](#)

[Sugo di pesce](#)

[Trancio di merluzzo con pomodorini e olive](#)

[Pesce spada alla siciliana](#)

[Polipetti affogati](#)

INGREDIENTI

POLPO 700 gr

SEPPIA 400 gr

PALOMBO 300 gr

CALAMARI 250 gr

PARANZA 100 gr

GAMBERI 6

GALLINELLE DI MARE 3

RANA PESCATRICE 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SPICCHIO DI AGLIO 3

POMODORI PELATI 2

PREZZEMOLO

PEPERONCINO facoltativo -

PANE A FETTE per servire -

PREPARAZIONE

1 Quando vuoi preparare la zuppa di pesce classica, in questo caso senza spine, per prima cosa pulisci bene tutti i vari tipi di pesce che utilizzerai nella ricetta.

Dopodiché prepara il brodo di pesce, procedi in questo modo: in una casseruola metti un giro d'olio extravergine d'oliva assieme a dei gambi di prezzemolo e uno spicchio d'aglio. Aggiungi nella casseruola i pomodori pelati e lascia prendere calore.



2 Inizia ad aggiungere nella casseruola i pesci occorrenti per il brodo, per prima cosa metti nella casseruola i carapaci dei gamberi, la paranza e la rana pescatrice.





- 3** Unisci agli altri pesci le gallinelle di mare e versa nella casseruola quanta acqua necessaria da ricoprire quasi completamente il tutto, chiudi il tegame con il coperchio e inizia la cottura del brodo.



- 4** A questo punto procedi con la vera e propria preparazione della zuppa di pesce classica. Prepara un trito di aglio e prezzemolo e mettilo a soffriggere con un giro d'olio, in una capace casseruola.



5 Inizia ad aggiungere i pesci nella casseruola partendo da quelli più tenaci, cioè il polpo e la

seppia. Taglia il polpo a pezzi regolari in maniera tale da avere una cottura omogenea, quindi aggiungilo nella casseruola. Taglia a pezzi grandi anche la seppia, dopo averla spellata e liberata dalle parti più dure; unisci anche la seppia nella casseruola assieme al polpo.





6 Prendi i calamari, lascia interi i tentacoli e taglia a pezzetti le sacche, aggiungi il tutto alla zuppa.



7 Infine taglia a pezzi il palombo. Separa l'osso centrale dalla polpa e tienila da parte. Aggiungi le parti con l'osso al brodo per conferirgli maggiore sapore.



8 Incorpora alla zuppa il brodo filtrato, copri e prosegui la cottura della zuppa per minimo altri 30 minuti. Per una cottura ottimale considera all'incirca 1 ora di cottura totale, da quando hai messo nella casseruola i primi pesci.

Nel frattempo che la zuppa di pesce si cuoce, metti ad abbrustolire delle fette di pane, che ti serviranno per accompagnare la zuppa in tavola.





- 9 Trascorso il tempo indicato, controlla che il polpo sia diventato bello morbido, a questo punto aggiungi alla zuppa la polpa di palombo e prosegui la cottura per altri 3-4 minuti.

Nel caso il liquido presente nella zuppa non fosse sufficiente aggiungi poca acqua.



- 10 Prepara un trito di prezzemolo che servirà in questo caso non solo per dare colore al piatto finito, ma soprattutto freschezza e mettilo da parte.



11 Infine aggiungi alla zuppa di pesce le code dei gamberi pulite ed eviscerate e prosegui la cottura per altri 2 minuti. Trascorso questo tempo, la zuppa di pesce è pronta per essere servita.





12 Aromatizza la zuppa con il trito di prezzemolo fresco preparalo in precedenza per dare freschezza al piatto, unisci del peperoncino se vuoi un sapore più deciso. Infine condisci con un filo d'olio extravergine d'oliva a crudo e servi in tavola.

