

SECONDI PIATTI

Branzino con patate al forno

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [45 min](#) COTTURA: [30 min](#) COSTO:

[basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Se sei alla ricerca di un [piatto di mare](#) saporito e facile da preparare, la ricetta del **branzino con patate al forno** è decisamente quella che ti consigliamo di cucinare.

In questa **ricetta** ti spiegheremo **come scegliere il pesce fresco** e come **prepararlo per ottenere un risultato perfetto**.

La **preparazione è semplice** e richiede **solo pochi passaggi**, ma quello che conta è che il risultato sarà sicuramente apprezzato da tutti. Guarda il **video** e il **nostro passo passo fotografico** per gustarti questa **meravigliosa ricetta di mare!**

Ti piacciono i piatti di pesce ma non vuoi spendere un capitale? Ecco alcune ricette con pesce che solitamente è alla portata di tutti, anche per la reperibilità:

[Merluzzo al forno](#)

[Orata all'acqua pazza](#)

[fritto misto di pesce](#)

[Alici al forno](#)

INGREDIENTI

BRANZINO 1 kg

PATATE NOVELLE 750 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

TIMO ESSICCATO

PREZZEMOLO 1 ciuffo

AGLIO 1 spicchio

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Prendi un branzino fresco, possibilmente ancora da pulire.

Per riconoscere un pesce fresco, verifica che la carne sia ben soda ed elastica, gli occhi ben lucidi e le squame ben attaccate.

Con un coltello non flessibile, apri la pancia del branzino e rimuovi le interiora, rimuovi anche le branchie, staccandole con il coltello, da una parte e dall'altra. Con delle forbici da cucina rimuovi le pinne

Successivamente, con un coltello da tavola, sotto acqua corrente, passa il coltello sulle scaglie in modo contrario alla direzione in cui crescono. In questo modo, le scaglie si staccheranno dalla pelle del pesce senza danneggiarla.

Una volta squamato completamente, pratica quattro/cinque tagli per lato.





- 2 Taglia a metà le patate novelle e trasferiscile in una ciotola, condiscile infine con olio, sale e timo essiccato.

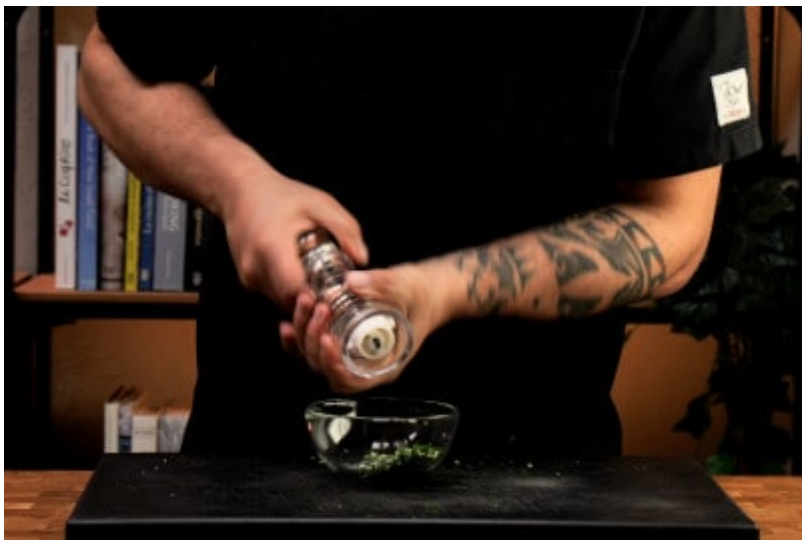




- 3 Taglia a fette da 1/2 cm il limone e trita finemente un ciuffo di prezzemolo con uno spicchio d'aglio.

Trasferisci il trito in una ciotola e condiscilo con una presa di sale, una grattugiata di pepe e infine mescola il tutto.





- 4 Su una teglia foderata di carta forno, disponi alcune fette di limone su cui andrai ad appoggiare il branzino.

Condisci la pancia e le guance del pesce con il trito di prezzemolo, copri il branzino con altre fette di limone e distribuisci le patate nella teglia senza sovrapporle.

Condisci il tutto con l'olio contenuto nella ciotola.





5 Inforna in forno ventilato a 190°C per 35/40 minuti, o fino a quando la carne del branzino non risulterà bianca e le patate morbide.

Una volta cotto, sforna il branzino e servilo caldo.

