

SECONDI PIATTI

Coda di rospo al vapore con verdure

di: *vapjazz*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *30 min* COTTURA: *40 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

850 g coda di rospo
2 peperoni gialli
2 peperoni rossi
funghi champignon
1 melanzana
olio
aceto balsamico
1 spicchio aglio
origano
rosmarino
peperoncino in polvere
sale

PREPARAZIONE

- 1 Tagliate i peperoni a striscioline, gettateli nell'olio ben caldo in una pentola wok e portateli a cottura.



- 2 Mettete da parte i peperoni.

Nella stessa padella fate lo stesso procedimento per i funghi, aggiungendo l'aglio, l'olio e l'origano.



3 Infine passate nella wok le melanzane tagliate a dadini.



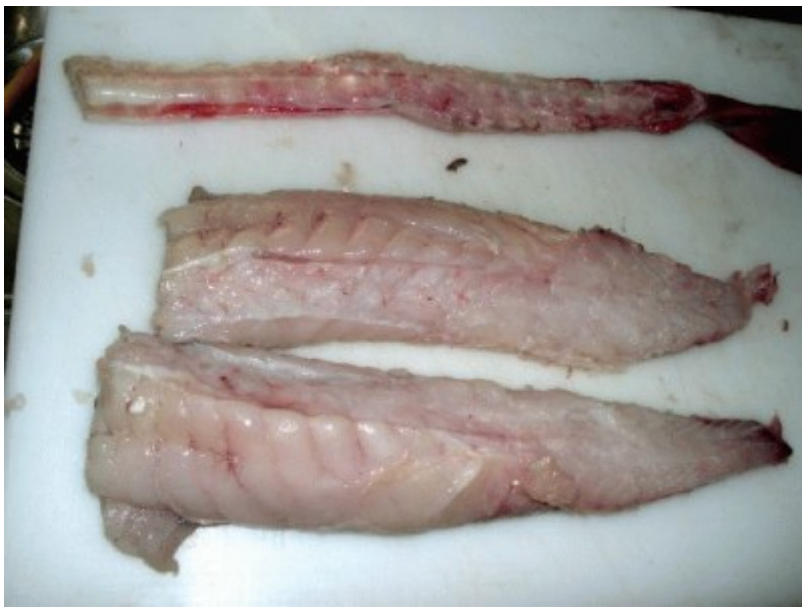
4 Preparate la coda di rospo: lavatela accuratamente ed asciugatela bene con uno strofinaccio.



5 Spellatela con l'aiuto di un coltellino affilatissimo.



6 Privatela delle spine sul dorso e deliscatela completamente, ottenendo 2 filetti.



7 Ricavate dei medaglioni affettando i filetti in parti uguali.



8 Portate a bollore dell'acqua nella wok, adagiate i medaglioni sulla griglia bucherellata insieme a qualche ago di rosmarino e cuocete a vapore.



9 Impiattate, aggiungendo anche una crema fatta con parte delle melanzane cotte in precedenza tritate finemente, condite con sale, olio, peperoncino ed un goccio di aceto balsamico.

