

SECONDI PIATTI

Dentice all'acqua "furba"

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *20 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



Dentice all'acqua furba, sì avete letto bene, non è "pazza", solo furba...Buonissimo e facile da preparare, l'uso del brodo di pesce rende il dentice all'acqua furba ancora più ricco e saporito.

INGREDIENTI

DENTICE grande - 1
POMODORI CILIEGINI 400 gr
BASILICO 2 foglie
PREZZEMOLO 1 ciuffo
SPICCHIO DI AGLIO 1
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE

PREPARAZIONE

1 Eviscerate, squamate, sciacquate il dentice e sfilettatelo.

Sciacquate bene gli scarti ed utilizzateli per realizzare un buon brodo ponendoli a bollire in una pentola colma d'acqua aromatizzata con 2-3 foglioline d'alloro e sale.



- 2** Rimuovete eventuali lische residue dai filetti con una pinzetta e dividete i filetti in due parti.



- 3 Scaldate in una padella un generoso giro d'olio extravergine d'oliva con uno spicchio d'aglio intero.

Tagliate i pomodorini a metà e, non appena l'olio inizia a sfrigolare, uniteli alla padella aromatizzando il tutto con foglioline di basilico.





4 Filtrate un po' di brodo di pesce e mettetelo da parte.



5 Quando i pomodorini iniziano ad appassirsi bagnateli con poco brodo di pesce.



- 6 Scaldate un'altra padella, meglio se di ferro, con un giro d'olio extravergine d'oliva ed adagiatevi i filetti dalla parte della pelle; salateli leggermente.

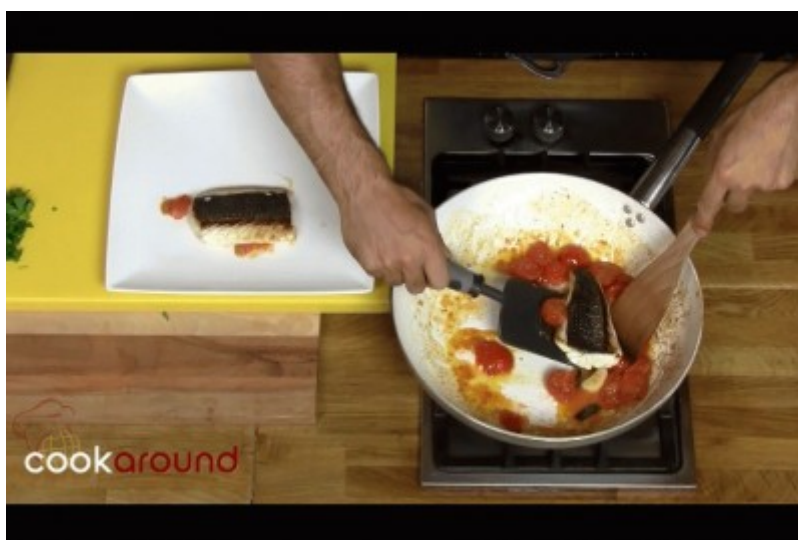


- 7 Quando i filetti inizieranno a cambiare colore, spegnete il fuoco e trasferite i filetti nella padella con i pomodorini facendo in modo che la pelle sia rivolta verso l'alto.



8 Mentre il pesce termina di cuocere ed insaporirsi, tritate un po' di prezzemolo fresco.

Dopo un paio di minuti il dentice all'acqua furba è pronto, servite i filetti nappandoli con il fondo di cottura.





NOTE