

SECONDI PIATTI

Dentice lesso

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *25 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



Può sembrare una ricetta banale ma non lo è affatto. E' sui piatti semplici che si vede l'abilità di un cuoco. Il pesce dopo la lessatura con le verdure e gli aromi risulterà delicato e profumato.

INGREDIENTI

- DENTICE da 700 g - 1
- CAROTE 1
- SEDANO 1 costa
- CIPOLLE 1
- PEPE IN GRANI
- PREZZEMOLO 1 ciuffo
- SPICCHIO DI AGLIO 3
- ACETO DI VINO BIANCO 1 bicchiere
- SALE
- OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREPARAZIONE

- 1 Squamate e sventrate il dentice, praticate delle incisioni sul dorso del pesce fino a raggiungere la spina centrale.

In una pescera mettete a bollire l'acqua con tutte le verdure, pulite e tagliate a pezzettoni, lo spicchio d'aglio, i gambi del prezzemolo, i grani del pepe, il sale e il bicchiere d'aceto.



- 2 Condite il dentice, al suo interno con il restante aglio, sale e pepe e le foglie di prezzemolo.



- 3 Lessate il dentice per 25 minuti sull'apposito cestello della pescera.



- 4 Servite in tavola il pesce spinato con un giro d'olio a crudo e una spolverata di pepe di mulinello.