

SECONDI PIATTI

## Orata all'acqua pazza

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [media](#)    PREPARAZIONE: [15 min](#)    COTTURA: [15 min](#)    COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



L'orata all'acqua pazza è una ricetta **tipica della cucina mediterranea**, originaria della Campania, questo piatto si contraddistingue per la **cottura veloce in padella** che in passato era rigorosamente in terracotta. Tranquillo, oggi puoi usare tranquillamente la tua padella preferita che hai già in casa!

Il segreto della **riuscita di questa ricetta**, sta nell'utilizzare **pochi, semplici ingredienti di alta qualità**, inutile dire che per una cottura così veloce il pesce utilizzato deve essere **freschissimo**, quindi fatti consigliare dal tuo pescivendolo di fiducia sulla scelta della materia prima.

Per concludere il pasto in cui la regina della tavola sarà **l'orata all'acqua pazza**, ti consiglio di accompagnare con del [buon pane fatto in casa](#) e un contorno leggero come quello di [agretti](#).

Ecco altre idee per delle ricette con ingredienti principale l'orata

[Orata al forno con patate](#)

[Orata all'isolana](#)

[Ravioli di Orata](#)

## INGREDIENTI

ORATA 2 grandi o 4 piccole - 1 kg

POMODORI SECCHI 150 gr

AGLIO 3 spicchi

PREZZEMOLO 1 ciuffo

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE FINO

PEPE NERO

## PREPARAZIONE

**1** La preparazione dell'orata all'acqua pazza è molto semplice, dovrai avere solo l'accortezza di comprare delle orate di buona qualità e soprattutto fresche. Ti accorgerai della freschezza del pesce dagli occhi, che devono risultare lucidi, trasparenti e con la pupilla nera.

Per dimezzare il lavoro, potrai utilizzare delle orate desquamate ed eviscerate dal vostro pescivendolo, oppure, potrai farlo in autonomia aggiungendo una decina di minuti al tempo di preparazione indicato in questa ricetta.

Prima di tutto procedi tagliando con delle forbici le pinne, inizia da quelle laterali situate vicino alla testa, poi continua con quella dorsale e infine con le caudali, vicino al ventre.





**2** Con un coltello bel affilato, procedi con un taglio nel ventre, parti dalla dalla testa fin quando sentirai morbido, con le mani preleva e stacca tutte le viscere, terminata questa operazione, lava le orate sotto l'acqua corrente per eliminare residui di interiora e tracce di sangue.

Con la lama di un coltello, messa al contrario per non andare a danneggiare la carne del pesce, squama tenendo il pesce dalla coda e muovendo il coltello dalla coda verso la testa.

Infine elimina le branchie rosse che si trovano all'interno delle fessure alla base della testa.





3 La pulizia del pesce è la parte più impegnativa, se sei arrivato fino qui adesso sarò una

passaggiata cucinare l'orata all'acqua pazza.

Trasferisci le orate pulite in un tegame, aggiungi l'aglio in spicchi interi, il prezzemolo, il sale e il pepe.



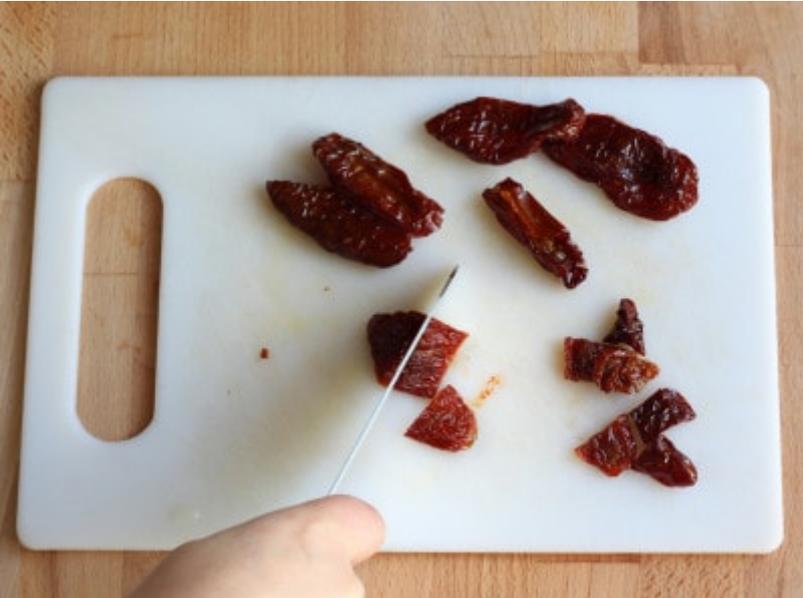


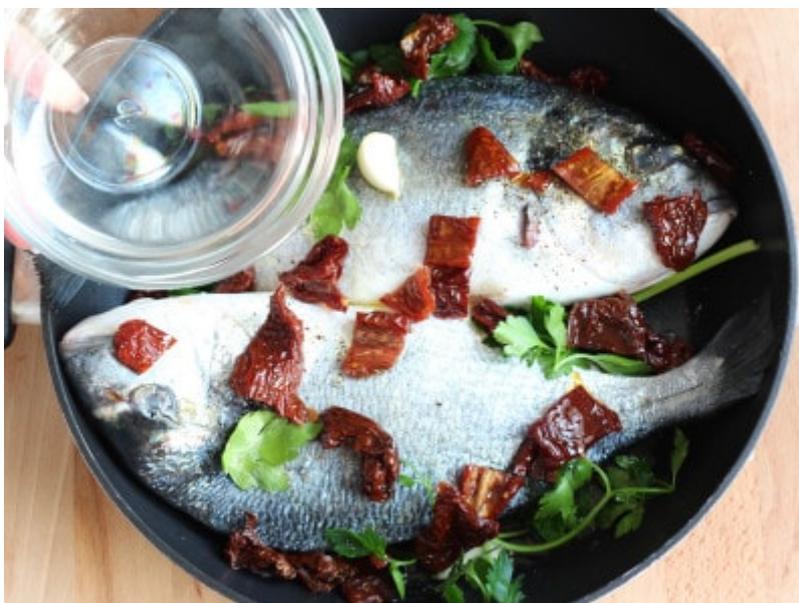
**4** Taglia i pomodori secchi in 4 parti ciascuno e aggiungili al resto nel tegame.

Irrora con l'olio di oliva e aggiungi l'acqua necessaria a coprire il pesce, chiudi con un coperchio e fai cuocere a fuoco medio per circa 15 minuti.

Ultimata la cottura puoi servire l'orata all'acqua pazza con il sugo di cottura che sarà profumato e molto gustoso.

Accompagna con del buon pane, meglio se tostato.





## CONSIGLIO

Per rendere il sapore dell'orata all'acqua pazza ancora più accattivante e deciso, puoi aggiungere olive nere, olive verdi e qualche capperi, se invece non vuoi utilizzare i pomodori secchi o preferisci un sapore più delicato, sostituisci i pomodori secchi con pomodorini freschi tagliati a spicchi.

## CONSERVAZIONE

Puoi conservare l'orata all'acqua pazza in frigorifero fino a 48 ore, ben chiusa in un contenitore ermetico.