

SECONDI PIATTI

Orata arrosto alla ligure

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa** / **Italia** / **Liguria**

DOSI PER: **6 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **35 min** COTTURA: **15 min** COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



INGREDIENTI

ORATA da 300 g circa l'una - 6

FUNGHI SECCHI (2 pugni) -

SPICCHIO DI AGLIO 3

PREZZEMOLO 1 ciuffo

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

L'orata arrosto alla ligure è un piatto delizioso regionale, molto profumato e saporito che dovete assolutamente provare se amate gli abbinamenti di ingredienti particolari. Un mare-monti decisamente speciale: l'orata farcita e cosparsa di un trito di funghi secchi. E' un piatto molto semplice da preparare e di sicura riuscita. Stupite i vostri ospiti che di certo gradiranno questa portata e se cercate altre ricette di pesce facili e saporite, vi invitiamo a realizzare anche quest'altra idea: orata alla [chermoula](#), un gusto eccezionale!

PREPARAZIONE

1 Pulite e desquamate le orate.

Fate rinvenire in acqua tiepida i funghi, strizzateli e tritateli insieme all'aglio e al prezzemolo.

Salate e ponete i pesci in una teglia unta con olio. Inserite nella cavità del ventre di ciascun pesce una parte del trito, aggiungendo sale, pepe e un cucchiaino di olio.



2 Ungete la superficie con altri due cucchiaini di olio, quindi spargete il resto del trito.



3 Salate ancora e infornate per 5 minuti a 200°C. Abbassate poi la temperatura a 170°C e proseguite la cottura per 10 minuti.

Bagnate, se necessario, i pesci con il fondo di cottura e qualora questo si fosse asciugato, aggiungete qualche cucchiaino d'acqua.