

SECONDI PIATTI

Pescado borracho

LUOGO: Nord America / Messico

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

Filetti di cernia di almeno 1
3 kg
1/3 di tazza di vino rosso secco
6 peperoncini verdi
½ tazza di cipolla tritata
1 spicchio d'aglio tritato
2 cucchiaini di olio
3 pomodori medi spellati e tritati
1/3 di tazza di acqua
¼ di tazza di prezzemolo tritato
1 cucchiaino di zucchero
½ cucchiaino di sale
½ cucchiaino di origano secco pestato
¼ di cucchiaino di cumino macinato
sale e pepe
½ tazza di olive
1 cucchiaio di capperi.

PREPARAZIONE

1 Pulire i peperoncini eliminando il picciolo e i semi. Metterli a bagno in acqua calda per un'ora, asciugarli, mischiarli al vino e frullare.

In una pentola di medie dimensioni, soffriggere l'aglio e la cipolla fino a che diventino teneri ma non dorati.

Aggiungere il vino con il peperoncino, i pomodori, l'acqua, il prezzemolo, lo zucchero, il sale, l'origano e il cumino. Portare ad ebollizione, abbassare il fuoco, coprire e lasciar cuocere lentamente per 5 minuti. Poi unire le olive e i capperi.

Salare e pepare i filetti di pesce, metterlo in una teglia, cosprerlo di salsa e infornare a 180° per 45-60 minuti. Rimuoverlo con delicatezza e servirlo su un piatto di portata insieme alla salsa.