

SECONDI PIATTI

Pescatrice in padella con zucchine

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *40 min* COTTURA: *20 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



Un piatto molto delicato per la presenza del pesce e delle zucchine ma reso particolare e saporito dalla pancetta affumicata: praticamente un vero e proprio arrosto di pesce. Ottimo soprattutto per un invito.

INGREDIENTI

RANA PESCATRICE da 800 g pulito e senza pelle - 1 fetta
PANCETTA AFFUMICATA 120 gr
ZUCCHINE medie - 4
SCALOGNO 1
VINO BIANCO SECCO ½ bicchieri
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4 cucchiaini da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Dividete il trancio di pescatrice in due parti uguali e fasciatele con le fette di pancetta ffumicata, fermandole con la rete di maiale.



- 2 Scaldate l'olio in una padella antiaderente e fatevi appassire lo scalogno mondato e tagliato ad anelli. Aggiungete i filetti di pescatrice e fateli rosolare a fuoco medio due minuti per lato.



- 3 Bagnate con il vino, abbassate al fiamma e prolungate la cottura per altri 10-12 minuti, finchè il pesce sarà cotto.



4 Spuntate e lavate le zucchine e riducetele a filetti, salate e pepate.

Scaldate in un tegame due cucchiaini di olio extravergine d'oliva e fatevi saltare le zucchine a fuoco medio per tre minuti, mescolando spesso con un cucchiaio di legno.



5 Eliminate il refe dai filetti di pescatrice, tagliateli a fettine di circa 2-3 cm e trasferiteli nel piatto da portata; irrorateli con il loro fondo di cottura, disponetevi intorno le zucchine e servite caldo.