

SECONDI PIATTI

# Pesce alla spetsiota

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Grecia**

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Se avete fatto da poco un viaggio in Grecia, oppure siete innamorati di quelle terre magnifiche, dovete assolutamente provare questa ricetta che viene da quelle parti: il pesce alla spetsiota è davvero favoloso, semplice ma dal gusto eccellente. La ricetta che andiamo a proporvi è deliziosa ed è assolutamente semplicissima da rifare in casa. Se amate poi le ricette di quei posti, dovete assolutamente provare anche le foglie di [vite ripiene](#), sono buonissime!

## INGREDIENTI

DENTICE oppure altro pesce a carni bianche - 1 kg  
CIPOLLE 500 gr  
PASSATA DI POMODORO 1,5 tazze  
VINO BIANCO 1 bicchiere  
PANGRATTATO 1 tazza  
POMODORI 500 gr  
SPICCHIO DI AGLIO 2  
PREZZEMOLO 1 ciuffo  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4 cucchiaini da tavola  
SALE  
PEPE NERO  
ZUCCHERO 1 pizzico

# PREPARAZIONE

1 Lavate il pesce, tagliatelo a filetti, salate leggermente e fatelo colare.



2 Ungete la teglia con l'olio.

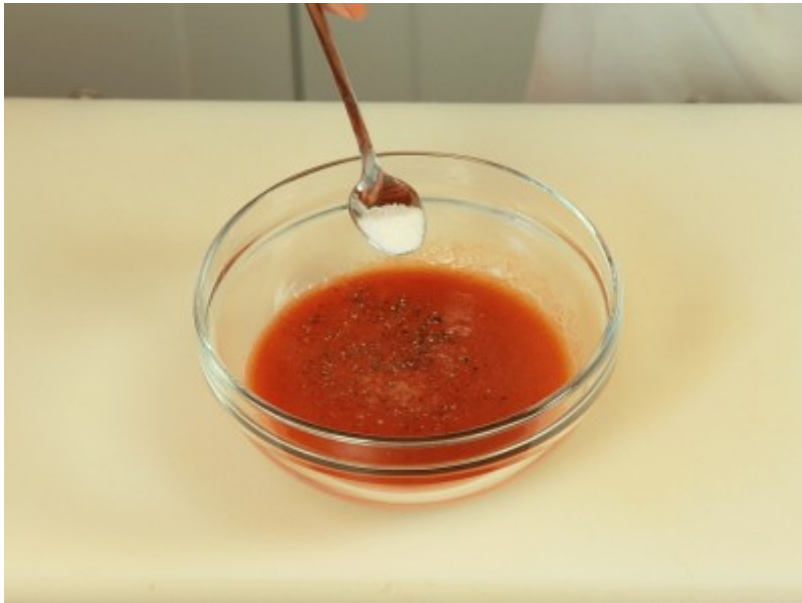
Disponete le fette di pesce e copritele con le cipolle tagliate a fette.



3 Salate, pepate e versate il vino, annaffiandolo su tutte le fette.



4 Fate una salsa con l'olio, il succo di pomodoro, lo zucchero, il sale, il pepe e sbattete bene.



5 Versatene la metà sul pesce.



6 In seguito mischiate il pane grattugiato, l'aglio e il prezzemolo e stendetene la metà sul pesce.



7 Sistemate le fette di pomodoro e coprite con queste tutto il pesce.



8 Versate sopra la salsa rimasta e il miscuglio con il pane grattugiato.



9 Fate cuocere a forno medio per 40 minuti.