

SECONDI PIATTI

Pesce cotto al forno

di: *Cookaround*

LUOGO: *Africa / Marocco*

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



**1 BEL PESCE (L'ALOSA, LA LAMPUGA,
ETC.)** **DECORAZIONI**

½ kg di patate

sbucciate e tagliate a rondelle

2 kg di pomodori tagliati a rondelle

4 peperoni a campana grigliati tagliati in
lunghe strisce

4 peperoncini verdi

½ tazza di olio d'oliva

1 mazzetto di prezzemolo schiacciato

sale e pepe

2 limoni tagliati a rondelle

succo di pomodoro.

PREPARAZIONE

1 Schiacciare il coriandolo con il sale e l'aglio, miscelare in un piatto con del peperoncino

piccante e dolce, il cumino, il succo di limone, l'acqua e l'olio d'oliva, coprire il pesce con questo preparato e lasciare che s'impregni per 2 ore.

Coprire la teglia con rondelle di patate, metterci sopra il pesce e coprire con pomodori in rondelle, aggiungere le fette di peperone a campana, quello dolce e miscelare il peperoncino rosso e l'olio cospargendolo di prezzemolo, sale e pepe decorare con limone a rondelle.

Bagnare il tutto con passata di pomodoro miscelato con la salamoia, cuocere per 40 minuti a fuoco medio, bagnare con il proprio liquido a metà cottura, ridurre la salsa. Presentare il pesce completo decorato con metà delle rondelle di pomodoro fresco alternato con rondelle di limone e prezzemolo.