

ZUPPE E MINESTRE

# Zuppa di pesce

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **30 min**    COTTURA: **30 min**    COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **media**



La **zuppa di pesce** è un piatto unico amatissimo da nord a sud, ricco di varianti in base alle regioni in cui si prepara ma derivato da una unica, grande tradizione: quella della cucina povera e intelligente, dei tempi in cui gli scarti del pesce o quello meno pregiato, finivano in pentola e diventavano un gustoso pranzo per tutta la famiglia. Oggi la zuppa di pesce può essere fatta con pesci più o meno pregiati, con varietà più o meno numerose; spesso nelle pescherie si trova già il misto pesce pronto a cui aggiungere a piacere un altro tipo tra quelli prediletti. Noi lo abbiamo scelto in questa ricetta, aggiungendo le cicale di mare. E se non vi piacciono le spine, vi proponiamo anche la zuppeta di polpo.

## INGREDIENTI

PESCE DA ZUPPA 1 kg  
CANOCCHIE 500 gr  
POMODORO PELATO 200 gr  
CODA DI ROSPO 800 gr  
MOSCARDINI 400 gr  
TOTANI 200 gr  
CALAMARI 400 gr  
CONCENTRATO DI POMODORO 2  
cucchiaini da tavola  
SPICCHIO DI AGLIO 2  
PREZZEMOLO 1 mazzetto  
PANE 8 fette  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola  
SALE

# Preparazione

**1** Eviscerate, squamate e diliscate il pesce ricavando i filetti.

In una casseruola aggiungete dell'olio. Mettete gli scarti del pesce e i pesci da zuppa più piccoli.

Aggiungete l'acqua, il prezzemolo e la passata di pomodoro.

Schiumate via via e lasciate cuocere a fuoco basso per circa 30 minuti.

Al termine filtrate bene il brodo.





**2** Fate scaldare in un'altra pentola un generoso giro d'olio gli spicchi d'aglio te il peperoncino.





**3** Una volta che l'olio sarà caldo cominciate ad aggiungere i molluschi, partendo dai moscardini.

Aggiungete i totani e fate rosolare per 5 minuti poi aggiungete i calamari.





**4** Aggiungete il concentrato di pomodoro e coprite col brodo di pesce preparato in precedenza.

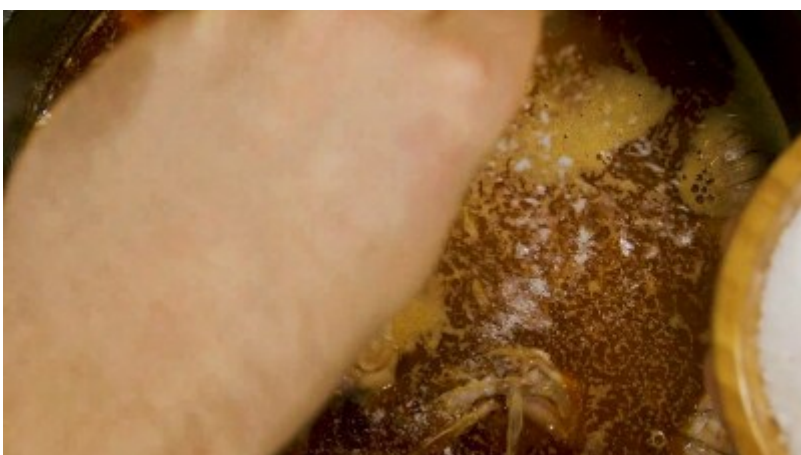
Lasciate cuocere a fuoco basso per più di 50 minuti.





**5** Aggiungete il pesce sfilettato e le cicale e proseguite la cottura per altri 10 minuti circa.

Assaggiate e rgolate di sale.



6 Servite la zuppa spolverizzando col prezzemolo e con del pane bruschettato.



Note