

Sale & Pesce

5ª edizione



ospite d'onore: il basilico di Andora

RASSEGNA GASTRONOMICA DI PRODUZIONI ITTICHE E SALATE

ANDORA (SV) • PORTICCILO TURISTICO •

Le ricette di Pieritalo

SCORFANI DI SCOGLIO

Tempo di preparazione: 45 minuti

Ingredienti per 4 persone:

2 scorfani da 500 gr. ciascuno
4/5 cipolline – pomodori maturi – olive taggiasche – capperi - prezzemolo – basilico – ½ bicchiere di Pigato – olio extravergine – pane tostato – pepe e sale.

Pulire e squamare il pesce e lasciarlo sgocciolare. Affettare finemente le cipolle, tagliare i pomodori a dadi e rosolare in olio caldo per 2/3 minuti. Aggiungere gli scorfani, i capperi ed il trito di prezzemolo e basilico. Bagnare col vino Pigato, allungare con un bicchiere d'acqua e cuocere a pentola coperta per circa 30 minuti. Servire con il pane tostato dopo avere salato e pepato.

LAMPUGHE ALLE VERDURE DELLA VAL MERULA

Ingredienti per 4 persone:

1 lampuga (circa 2 kg.)
Patate – zucchine – melanzane – cipolla rossa – pomodori – olio extravergine di oliva – sale – pepe - capperi.

Ricavare dalla lampuga due filetti privati della pelle e della carne scura. Tagliare patate, cipolle, zucchine a fette sottilissime, i pomodorini a cubetti. Formare un letto di verdure sul fondo teglia, condire con olio – sale e pepe e infornare per 15 minuti. Adagiare poi i filetti di lampuga salando ed aggiungendo olio, i pomodorini, qualche capperi ed anelli di cipolla. Ricoprire tutto con le verdure rimaste, condire con olio, sale e pepe ed infornare a 170°. Tempo di cottura: 45 minuti

PESCE LAMA AL FORNO

Ingredienti per 4 persone:

1 pesce lama (circa kg. 1,5)- pane grattato – aglio – prezzemolo – pecorino grattugiato – olio extravergine d'oliva – sale – pepe.

Pulire il pesce: con una spugna abrasiva togliere dalla pelle il pigmento argentato. Togliere la testa e ricavare due filetti da tagliare a pezzi. Tritare aglio e prezzemolo ed unirli al pane e formaggio grattugiati aggiungendo olio di oliva fino ad ottenere un impasto morbido. Salare e pepare. Disporre i tranci di pesce in una teglia da forno con la pelle verso il basso. Ricoprire tutto con l'impasto ed infornare a 180° per 20 minuti circa.

SEPIE IMPANATE AL FORNO

Ingredienti:

1 seppia a persona – olio – prezzemolo – pane grattato – sale – aglio.

Pulire le seppie in acqua corrente. Asciugarle. Passare i pezzi in poco olio. Mettere in un contenitore il pan grattato, il prezzemolo tritato, l'aglio a piccoli pezzi. Impanare le seppie ed adagiarle in teglia da infornare a 180° per 15 minuti circa. Accompagnare con un buon Vermentino.

