

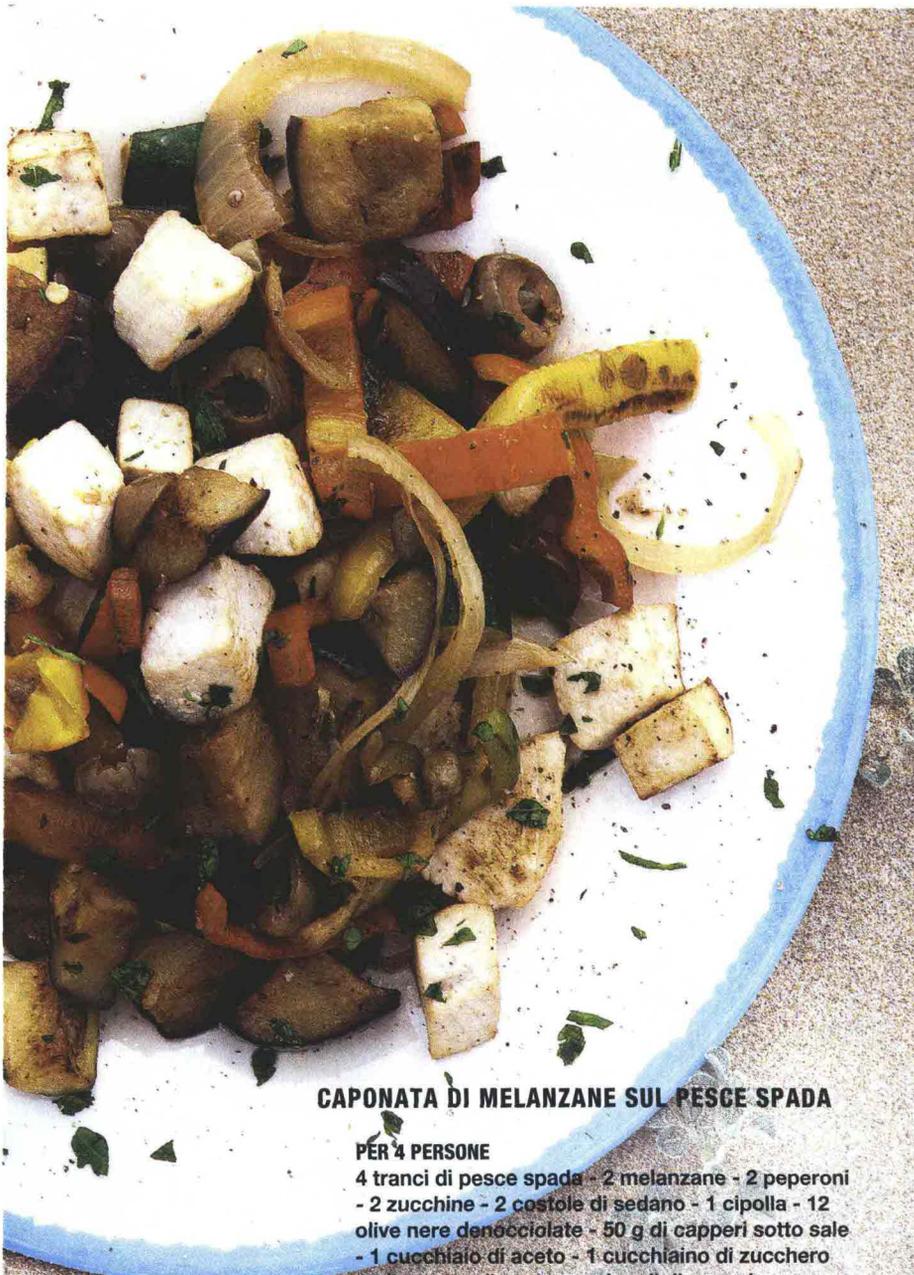
BONTÀ DI STAGIONE

Il pescato del giorno

PREPARAZIONI SEMPLICI, COTTURE GENTILI E PICCOLI
TOCCHI SFIZIOSI PER ESALTARE LA NATURA DEL PESCE
FRESCO E SENTIRE TUTTO IL SAPORE DEL MARE

a cura di Cristiana Cassé, ricette del ristorante Da Vittorio di Porto Palo di Menfi,
foto di Bianca Puleo, styling di Alessandro Pasinelli Studio, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi





CAPONATA DI MELANZANE SUL PESCE SPADA

PER 4 PERSONE

4 tranci di pesce spada - 2 melanzane - 2 peperoni
- 2 zucchine - 2 costole di sedano - 1 cipolla - 12
olive nere denocciolate - 50 g di capperi sotto sale
- 1 cucchiaio di aceto - 1 cucchiaino di zucchero
- 1 limone - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- 1 Fate marinare il pesce in un'emulsione di olio, limone, sale e pepe. Soffriggete la cipolla affettata in 1 cucchiaio di olio per 8 minuti, unite il sedano a tocchetti, le olive e i capperi sciacquati e strizzati.
- 2 Proseguite la cottura per 10 minuti, quindi aggiungete i peperoni a listarelle e, dopo qualche minuto, le zucchine a cubetti. Infine, unite le melanzane a dadini.
- 3 Cuocete ancora per 10 minuti, unite l'aceto in cui avrete sciolto lo zucchero e portate a cottura (15 minuti circa). Servite le fette di spada sgocciolate con sopra la caponata tiepida.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 50 minuti ● 320 cal/porzione

BERE GIUSTO

È un fervido e sanguigno Nero d'Avola orientale il rosso adatto alla fibra del pesce e alla carmosa sapidità delle melanzane.



GAMBERI CRUDI MARINATI

PER 4 PERSONE

800 g di gamberi rossi freschi - 1 limone - 1 ciuffo di menta (facoltativo) - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- 1 Sgusciate i gamberi lasciando attaccata la testa e disponeteli in un'insalatiera. Spremete il limone in una tazza e sbattetelo con una forchetta facendo colare olio a filo (nella stessa quantità del limone). Quindi salate l'emulsione, aggiungete una macinata di pepe e, se vi piace, unite qualche foglia di menta.
- 2 Versate la marinata sui gamberi, coprite il contenitore con pellicola per alimenti e riponeteli in frigo per mezz'ora.
- 3 Prelevate i gamberi, disponeteli su un piatto, irrorateli con la marinata rimasta nel contenitore e decorate il piatto a piacere con limone o foglie di menta. Servite subito.

FACILISSIMA

● Prep. 30 minuti ● Riposo in frigo 30 minuti ● 500 cal/porzione

BERE GIUSTO

Su questa ricetta di tenore acido, dove i gamberi subiscono una "cottura" al limone, nulla è meglio dell'acqua fresca.



Piatto Richard Ginori,
canovaccio Variopinte.
Nella pagina accanto,
piatto [Mariolucagusti](#).
Indirizzi a pagina 6