



ASSOCIAZIONE MICOLOGICA BRESADOLA

GRUPPO MICOLOGICO CARLO VITTADINI - SEGRATE



SECONDI PIATTI DI PESCE

Orata al forno e boleti alla mediterranea

INGREDIENTI:

- 1 orata di circa 1,5 kg.
- 600 g di funghi boleti misti (regius, appendiculatus, badius, erythropus, luridus, etc).
- 600 g di patate rosse di montagna.
- 15 pomodorini a grappolo.
- 100 g di olive nere taggiasche (snocciolate).
- 20 g circa di pinoli leggermente tostati con un filo d'olio extravergine d'oliva.
- 1 rametto di rosmarino.
- 1 pizzico di origano secco.
- 3 spicchi d'aglio.
- 1 limone non trattato.
- 1 bicchiere e 1/2 di olio extravergine d'oliva.
- 1 bicchiere e 1/2 di vino bianco aromatico.
- 1 peperoncino piccante secco polverizzato.
- Sale.

PREPARAZIONE

Tagliate a dadini le patate e cuocetele in una pirofila a forno moderato con mezzo bicchiere di vino, 6 cucchiari di olio extravergine d'oliva e sale. Dopo 10 minuti di cottura unite i funghi tagliati a pezzi piuttosto grossi e rimettete in forno per altri 15 minuti; le patate non devono dorare, ma devono rimanere al dente e deve evaporare tutta l'acqua di vegetazione dei funghi. Intanto pulite l'orata, lavatela e asciugatela ben bene, farcitela quindi con gli spicchi d'aglio schiacciati, il limone tagliato a fettine sottili, il rametto di rosmarino, un po' di sale e poco olio. Adagiate il pesce in una pirofila di adeguate dimensioni unta di olio; ponete attorno e sopra le patate con i funghi e il relativo sugo, unite i pomodorini tagliati a metà, le olive nere e i pinoli, spolverate con l'origano e il peperoncino, irrorate con il restante olio e mettete al forno molto caldo. Dopo qualche minuto bagnate con un bicchiere di vino bianco; il pesce sarà presumibilmente cotto quando al posto degli occhi appariranno due palline bianche; è bene controllare il pesce da tutte e due le parti e, se necessario, rigirarlo.

EDIZIONE
IDEA NATURA
MILANO