

LA RICETTA

San Pietro al forno con olive e finocchio

CULTURA

24_01_2021



Ingredienti per 2 persone:

2 filetti di San Pietro

1 bulbo di finocchio

4 scalogni

12 olive nere

200 ml di vino bianco

200 ml di brodo di pesce

4 cucchiaini di olio d'oliva

sale

1 cucchiaino di semi di finocchio arrostiti

Preparazione

Preriscaldare il forno a 180°C.

Tritare grossolanamente gli scalogni. Tagliare il finocchio a cubetti.

In una casseruola, rosolare le verdure a fuoco medio in due cucchiaini di olio d'oliva. Le verdure devono solo diventare trasparenti, non si devono colorare. Bagnare con il vino bianco e continuare la cottura per tre minuti.

Aggiungere le olive nere e il brodo di pesce. Cuocere per ancora qualche minuto, fino a quando la salsa si riduce un po', poi prelevare un po' di liquido che servirà poi a tavola. Sistemare la salsa su due piatti resistenti al caldo.

Adagiare di fianco i filetti di San Pietro crudi, unti di olio su entrambi i lati, salati e pepati.

Infernare i due piatti per 10 minuti. Il San Pietro è un pesce delicato che cuoce molto velocemente.

Nel frattempo arrostiti i semi di finocchio e poi usarli per spolverizzare i piatti, appena tolti dal forno. Servire caldo, irrorando con un po' di liquido caldo di cottura.

(Liana Marabini)