



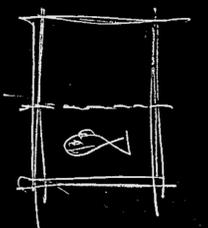
INGREDIENTI

- Orata o branzino
- Olio di oliva
- Sale
- Pomodorini
- Limone
- Aromi (timo, origano, rosmarino) secondo i gusti

Per il cartoccio

- Acqua
- Farina bianca
- Carta da forno

1



Pulire il pesce, quindi prendere un foglio di carta da forno lungo abbastanza per poterlo ripiegare a contenere il pesce con un po' di abbondanza.

Stendere l'orata sul foglio ed inserire nella pancia una fettina di limone e un rametto di rosmarino.

Sopra il pesce mettere gli aromi, un'altra fetta di limone e una presa di sale.

Disporre tutto intorno dei pomodorini tagliati a cubetti e finire con un giro di olio.



2



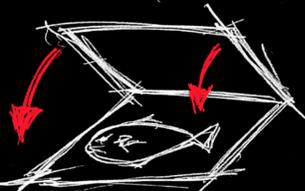
Accendere il forno e preriscaldarlo a 190°.

Preparare la "colla" da usare per chiudere il cartoccio mescolando della farina 00 con un poco di acqua (deve avere un minimo di consistenza).

Quindi con le dita stendere la "colla" sul bordo della carta da forno.



3



Richiudere il cartoccio facendo ben aderire i bordi.

Per una perfetta sigillatura ripassare i bordi con ulteriore "colla".

Il cartoccio deve contenere completamente il pesce lasciando comunque un poco di spazio.



4



Per completare dare un'ultima piegatura su se stesso a tutto il bordo.

Infornare. Il cartoccio si gonfierà garantendo una cottura uniforme che non asciuga il pesce e lo arricchisce dei profumi degli aromi.

Calcolare 25 min. per un pesce di circa 600gr e 35 min. per uno di un Kg. Le carni si devono staccare con facilità dalla lisca e non esserci residui di sangue. Una cottura troppo lunga rende le carni stoppose.



5



Puoi servire.

Bucare il cartoccio tolto dal forno con un coltello appuntito facendo attenzione al vapore che esce. Quindi rimuovere la pelle e servire le carni accompagnate dai pomodorini.

BUON APPETITO



Un giro d'olio extravergine delicato (magari taggiasco) per essere ripagati del leggero sforzo della preparazione.



www.RicetteOrizzonti.it

ricetteorizzonti