BACCALÀ
mantecato

INGREDIENTI

- Baccalà dissalato 400 gr
- Latte 250 gr
- Limone 1/4
- Olio di oliva 60 ml
- Olio di girasole 100 ml
- 1 ciuffetto di prezzemolo
- 1 spicchio d'aglio
- Polenta istantanea 150 gr
- Sale e pepe

1

Con una pinzetta rimuovere le eventuali spine dorsali presenti sul filetto di baccalà.

Tagliare il baccalà a pezzi con la pelle (migliora la cottura).

Si consiglia di acquistare il baccalà già dissalato diversamente è necessario lasciarlo in ammollo in acqua fredda per circa tre giorni cambiando ciclicamente l'acqua fino a quando il filetto non si rigenera (reidrata completamente) e viene eliminato tutto i sale in eccesso.

2

In una casseruola mettere i pezzi di baccalà insieme al latte, il succo di un quarto di limone, due foglie di alloro, uno spicchio d'aglio ed una macinata abbondante di pepe.

Aggiungere poi acqua fredda fino a completa copertura del baccalà.

Se utilizzate il prezzemolo fresco aggiungere anche tre o quattro gambi di prezzemolo.

Portare a bollore, quindi abbassare il fuoco e cuocere coperto per una mezzora.

3

Mentre il baccalà cuoce preparare la polenta.

Portare a leggero bollore 2 bicchieri di acqua con un pizzico di sale grosso.

Aggiungere poco alla volta la farina della polenta istantanea rigirando in continuazione per non formare grumi.

Appena la polenta prende consistenza (un paio di minuti circa) riversarla su un piano (io ho usato un tagliere coperto di carta di allumino).

Stendere la polenta con mezzo centimetro di spessore e lasciar raffreddare.

4

Prelevare il baccalà dall'acqua di cottura (che va conservata) e rimuovere la pelle.

Riporre i pezzi in una ciotola e cominciare la lavorazione con la frusta, aggiungendo a filo l'olio di semi e l'olio di oliva, come per fare una maionese.

Quando l'olio risulta ben incorporato completare con circa 100 ml di acqua di cottura del baccalà (aggiunta sempre piano piano), fino ad ottenere un composto omogeneo e spumoso.

Ideale è la lavorazione con la planetaria, sconsigliato il mixer (le lame tagliano le fibre del pesce e si ottiene un omogeneizzato).

5

Verificare e correggere il sale e in ultimo incorporare un ciuffetto di prezzemolo tritato finemente.

Tagliare a quadretti la polenta ed infornarla a 180°.

Qualche minuto per scaldarla o 40 per rendere la superficie più croccante (secondo i propri gusti).

Una volta calda si può accompagnare il baccalà mantecato.

6

Dal gusto delicato e al contempo ricco e appagante è un ottimo sia come antipasto che come seconda portata.

Puoi servire.

Da mangiare appena fatta può essere conservata in frigo per un giorno.

BUON APPETITO

Ricette Orizzontali

www.RicetteOrizzontali.it

ricetteorizzontali