

PESCE ZARANDEADO

DIFFICOLTÀ: ●●● Media

RICIEMEDE ASSI



PORZIONI:



INGREDIENTI

- 30 g di peperoncino dolce sbollentato 3 volte
- 60 g di zenzero sbucciato
- 15 g di coriandolo
 - ½ l di acqua
- 150 g di pane tostato

- 200 g di peperoncino chipotle in l (1 lattina, facoltativo)
- 300 g di maionese
- 150 g di senape
- 100 g di coriandolo fresco
- Sale e pepe a piacere
- Limone
- Pesce fresco

PROCEDURA

- 1 Far bollire il peperoncino dolce, lo zenzero e il coriandolo messicano in una pentola fino a quando i peperoncini diventano soffici. Mettere da parte con tutto il liquido.
- 2 Frullare il peperoncino dolce, lo zenzero, il coriandolo messicano, il coriandolo fresco, il pane tostato e il peperoncino chipotle (quest'ultimo ingrediente è facoltativo).
- 3 Se necessario, utilizzare il liquido di cottura per alleggerire.
- 4 In una ciotola a parte, mescolare la maionese e la senape, aggiungere la base di peperoncino (facoltativo) e completare con il limone fresco.
- 5 Far rosolare il pesce da entrambi i lati in una padella.
- 6 Per finire, spalmare la salsa in quantità abbondante sul pesce, disporlo in una teglia e terminare la cottura in forno a 240 °C finché la salsa non risulterà dorata e il pesce sarà cotto. Per sapere se il pesce è pronto, si può premere con la spatola finché il pesce non si separa da solo.

Sbollentatura: Si tratta di una cottura molto breve, il cibo viene messo in acqua bollente per pochi secondi o un paio di minuti, a seconda dell'alimento.

Rosolatura: Friggere a fuoco vivo un pezzo di carne che verrà poi cucinato con un'altra tecnica, ad esempio arrosto. Viene utilizzato per creare uno strato croccante.

