

Couscous di pesce al profumo di finocchietto

Difficoltà: difficile

Tempo di preparazione: 4 ore

Calorie: 350 cal/porzione

Ingredienti per 12 persone:

- | | |
|--|------------------------------------|
| - 340 gr semola | - prezzemolo |
| - un mazzetto
di finocchietto selvatico | - 1 kg pesce misto
da zuppa |
| - 1 cipolla | - cannella in polvere |
| - 2 spicchi d'aglio | - pomodorino
di Pachino |
| - 50 gr di mandorle
tostate | - 320 gr rombo |
| - 1,2 litri olio
extravergine d'oliva | - 100 gr sale
- 100 gr zucchero |

Sbollentare il finocchietto in acqua salata e strizzarlo. Sciogliere nel brodo di pesce sei fogli di gelatina e frullarli con il finocchietto: lasciare una notte in frigo (il giorno dopo frullare ancora). Sfilettare i rombi e impanare i filetti con un mix di sale e zucchero per un quarto d'ora. Sciacquarli e lasciarli riposare una notte in frigo. Tagliare le cipolle e friggerle finché si dorano. Tagliare i datteri in quattro con olio, sale e pepe e mettere in forno a 90° per 45 minuti. Tagliare sottili fette di scorza di limone, sbollentarle in acqua e zucchero per 5 minuti e stenderle su una teglia a essiccare per 2 ore a 85° in forno. Bagnare la semola con brodo di pesce e cuocerla nella cuscussiera per 75 minuti, poi ribagnarla con la zuppa di pesce. Immergere il rombo a pezzetti in olio a 80° finché non è cotto. Mettere il tutto in uno stampino di alluminio con buco al centro, capovolgere sul piatto e riempire lo spazio vuoto con il ristretto di finocchietto, poi guarnire con una foglia di spinacino, limone essiccato, cipolla frita e alla base uno spicchio di dattero, un pezzetto di rombo e una noce di gel di finocchietto. Spolverare con mandorle tostate.

