

RICETTA DEL GIORNO

Spigola Imbottita Di Frutti Di Mare (Campania)

Ingredienti: una spigola di un chilo e 500 gr 100 gr di gamberetti sgusciati, una seppiolina, un piccolo calamaro, 250 gr di frutti di mare, una alice fresca, aglio, prezzemolo, aceto, olio extravergine d'oliva, sale, pepe

Preparazione: Diliscare con cura la spigola. Tagliare a piccoli pezzi seppie e calamaro. Imbiondire in una larga padella l'aglio, toglierlo e versare nell'olio caldo i molluschi; aggiungere a fuoco spento i frutti di mare sgusciati possibilmente a crudo, i gamberetti, l'alice, prezzemolo tritato e pepe. Disporre questi ingredienti lungo il ventre della spigola e cucirla con filo doppio da cucina. Mettere il pesce così ricomposto in una teglia con olio, aceto, prezzemolo, aglio e sale. Infornare per circa tre quarti d'ora a calore moderato (180°) e servire la spigola in trance.

ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA RICETTARIO DELLA CUCINA REGIONALE ITALIANA

