



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002335 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 02 Lug 2018 alle ore 12:24

da GIORGIO ROSATO

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Estate, Autunno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

Bouillabaisse esotica con platano, melangolo e passion fruit

Elaborazione della classica bouillabaisse provenzale, la tradizionale zuppa di pesce di Marsiglia le cui origini sembrano risalire addirittura al VI sec. a C., epoca in cui i primi coloni greci fondarono la città e crearono questo piatto per riutilizzare il pescato invenduto dei pescatori.

Le principali modifiche introdotte rispetto alla ricetta originale, nella quale è stata mantenuta la scelta della peculiare identità ittica (rana pescatrice), riguardano il ruolo importante dei molluschi bivalvi, l'introduzione di frutta tropicale e l'aggiunta di alcune spezie esotiche. Per esaltare ulteriormente i sapori e gli aromi del mare sono stati inoltre aggiunti nel corso della preparazione il fumetto di pesce, i brodi di cottura dei mitili e la colatura di alici, la gustosa salsa di acciughe fermentate prodotta a Cetara sulla costiera amalfitana.

Tempo di preparazione: 90 minuti

Ingredienti per 2 persone

n.1 trancio di rana pescatrice (800 g)
n.1 testa di rana pescatrice (ca 1 kg)
400 g di cozze mediterranee
300 g di vongole veraci
n.1 platano giallo
n. 2 melangoli
n. 2 frutti della passione
500 g di pomodorini gialli
n. 1 rametto di finocchio selvatico
n. 1 ciuffetto di basilico
n. 1 patata dolce (ca 200 g)
13 g di curry
13 g di curcuma
13 g di cumino
13 g di coriandolo
n. 4 bacche di ginepro
anice stellato (4 pezzi)
n. 1 cucchiaio di colatura di alici di Cetara
n. 2 spicchi di aglio in camicia
½ bicchiere di vino bianco secco
sale
pepe

Prodotti utilizzati

Rana pescatrice (trancio e testa), cozze e vongole del CO.M.IT. (Consorzio Mercato Ittico) di Torino, platano dell'Asia Market di Vuong Dinh Xuong (Torino), melangolo, frutto della passione e finocchietto selvatico (Mercato Porta Palazzo, Torino), pomodorino giallo del Piennolo del Vesuvio DOP, patate dolci dell'azienda Antonio Ruggiero, curry e cumino della Cooperativa Sociale "Il Ponte", curcuma macinata di Drogheria&Alimentari, coriandolo in polvere di Agrofattorino, bacche di ginepro di Kotanyi, anice stellato bio di iVegan, colatura di alici di Cetara di Delfino Battista, olio extravergine di oliva Farchioni (Il Casolare, grezzo naturale).

Strumenti di cottura

Fornelli a gas, 1 padella antiaderente, 2 tegami in acciaio con coperchi, 1 casseruola porcellanata, 1 retina spargifiamma, pelapatate, bicchieri e tazzine per raccogliere gli ingredienti, mestoli in legno, pinze da cucina, coperchio in vetro per la padella e coltello trinciante.

Preparazione

Nella realizzazione di questa ricetta è consigliabile (soprattutto per ottimizzare i tempi di preparazione) suddividere le operazioni in quattro fasi distinte che, fondendosi tra loro man mano che si procede nella lavorazione, daranno origine al risultato finale.

1) FRUTTA: Sbucciare il platano con un coltello ben affilato (la buccia è molto più dura di quella della banana e, oltre a tagliarsi a fatica, si stacca più difficilmente dalla polpa); ricavare 10 fette non troppo spesse (0,5 cm) e metterle a bollire per 10/15 minuti, versandole in una coppetta dopo averle scolate bene. Tagliare a metà un melangolo (arancio amaro) e spremere l'intero succo in un bicchiere; dal secondo melangolo di ricavano delle fette (con la buccia) spesse circa 5 mm che vanno depositate in un piattino da caffè. Stesso procedimento anche per il passion fruit, la cui polpa va raccolta con un cucchiaino in una tazzina; nel taglio, cercare di mantenere due fette possibilmente integre da utilizzare nella decorazione finale nel piatto.

2) VERDURE: cuocere i pomodorini gialli con la tecnica concassé, sbollentandoli per alcuni minuti in acqua e immergendoli subito dopo nel ghiaccio per mantenere intenso il colore; incidere a croce la parte liscia del pomodoro e togliere la buccia, procedendo alla eliminazione dei semi (pochi rispetto ai pomodorini rossi) e alla successiva riduzione a tocchettini (mirepoix) da versare in una ciotola con un'aggiunta di basilico. La patata dolce (o americana) cuoce molto velocemente rispetto a quella tradizionale per cui nella fase di preparazione non è necessaria alcuna pre-cottura, ma è sufficiente lavarla, pelarla e tagliarla a dadini (parmentier), prima di depositarla in un piatto.

3) SPEZIE: Preparare le 4 spezie principali (curry, curcuma, cumino e coriandolo) mischiandole insieme in una tazzina, e idratandole leggermente con un po' d'acqua minerale effervescente per agevolare la miscelazione prima di versarle in cottura. Frantumare a parte le bacche di ginepro, mentre l'anice stellato va lasciato intero.

4) PESCE E FRUTTI DI MARE: In due padelle separate, in funzione dei diversi tempi di cottura, cuocere le cozze (ca 8 min) e le vongole (ca 4 min), aggiungendo aglio, olio evo, peperoncino e, nella fase finale, mezzo bicchiere di vino bianco secco.

Quando i mitili sono aperti mettere da parte le cozze e le vongole ponendole, una volta scolate, in due tegami coperti per mantenere un leggero grado di umidità ed evitare che seccino troppo. Filtrare i liquidi di cottura e versarli in due bicchieri.

Mettere a bollire, sempre a fuoco lento, la testa della rana pescatrice (venduta anche a parte, è utilizzata per ottenere brodi e fumetti di pesce dal sapore squisito), e filtrare il fumetto ottenuto raccogliendolo in una piccola boule; sgusciare le cozze e le vongole, tenendo intere alcune cozze per creare un effetto finale in stile "paella".

A questo punto, completata la preparazione dei vari ingredienti, si procede alla realizzazione del piatto. In una padella antiaderente molto ampia si inizia la cottura, a fuoco lento, dei pomodorini gialli insieme a olio evo, 2 spicchi di aglio in camicia, le bacche di ginepro tritate e l'anice stellato. Subito dopo aggiungere le fette di platano, le fette di melangolo e i dadini di patata dolce. Coprire il tegame con un coperchio di vetro (per tenere sotto controllo la disidratazione della salsa) e lasciar cuocere per una decina di minuti prima di versare il trancio di rana pescatrice (ridotto in 4 filetti), le cozze, le vongole e il mix di spezie.

Quando il contenuto inizia a diventare denso aggiungere il fumetto di pesce, i brodi di cottura dei mitili, il succo di melangolo, la polpa del frutto della passione, il rametto di finocchio selvatico e la colatura di alici. Aggiungere sale e pepe e lasciar cuocere col coperchio per altri dieci minuti. Prima di spegnere adagiare delicatamente le due fette di frutto della passione cercando di mantenere la forma originale del prodotto appena tagliato. Per quanto riguarda la rana pescatrice è consigliabile, una volta adagiati i filetti in padella, non superare complessivamente i 20/25 minuti di cottura.

Aggiungere sale e pepe, ricoprire per alcuni minuti, e servire in tavola (dopo aver tolto gli spicchi d'aglio e l'anice stellato) accompagnando il piatto con bruschette scaldate in forno o crostini di pane di segale fritti in olio evo.

Vino consigliato

Südtirol - Alto Adige DOC Gewürztraminer Vigna Kolbenhof 2016, un ottimo vino altoatesino aromatizzato con pesca, albicocca, lychee, mango e frutto della passione, da servire molto fresco (max 10° C).