



Ricetta N. RE002373 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 09 Lug 2018 alle ore 15:03

da FULVIO PAPAGALLO

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della regione: Sicilia

Piatto tipico della stagione: Estate

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

La caponata di Fulvio con pesce spada affumicato

La caponata di Fulvio con pesce spada affumicato è un antipasto o un contorno in agrodolce, a base di cipolla, sedano, olive verdi Nocellara del Belice, capperi lacrima di Pantelleria, melanzane, pomodoro e pesce spada affumicato.

Tempo di preparazione: 50 minuti

Ingredienti per 4 persone

100 g sedano
100 g cipolle
200 g melanzane
50 g pesce spada affumicato
100 g olive verdi nocellara del Belice
30 g capperi lacrima di Pantelleria
n. 8 cucchiaini olio Evo
n. 1 cucchiaio doppio concentrato di pomodoro
n. 2 cucchiaini di zucchero
n.4 cucchiaini di aceto di vino bianco.

Prodotti utilizzati

Olive verdi nocellara del Belice, capperi lacrima di Pantelleria.

Strumenti di cottura

Pentola in acciaio o ghisa, paletta in plastica, tagliere verde, tagliere blu, trinciante, cucchiaio da cucina, spelucchino a lama curva, spelucchino a lama dritta.

Preparazione

Lavare bene tutte le verdure e tagliare a tocchetti di circa 2 cm, denocciolare le olive verdi e lavare bene i capperi. In una pentola mettere l'olio EVO, le verdure e far rosolare a fiamma media per circa 15 minuti, successivamente aggiungere il concentrato di pomodoro un mestolo di acqua e far cuocere a fiamma dolce per circa 50 minuti. In una padella antiaderente rosolare con un cucchiaino di olio il pesce spada affumicato per qualche minuto, mettere da parte ed aggiungere quasi alla fine nella pentola con le verdure. Dopo aver spento la fiamma versare i cucchiaini di aceto e di zucchero, amalgamare e lasciar insaporire per circa 1 ora. Servire a temperatura ambiente con dei crostoni di pane casareccio integrale.

Vino consigliato

Prosecco

La ricetta ha partecipato a:

Corona d'oro 2018 rilasciato dal "Club Corone Sicilia & F. A. P. S. Sicilia"