



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002869 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 06 Mag 2019 alle ore 08:49

da MARCO BALLERI

Livello di difficoltà: Difficile

Piatto tipico della regione: Toscana

Piatto tipico della stagione: Primavera

Come ti senti gustando la tua ricetta? Sexy

Triglia e panzanella.

Valorizzare al massimo ogni singolo ingrediente di una preparazione mediterranea povera, la panzanella, messa insieme ad una bellissima triglia cotta il meno possibile, ma non lasciandola cruda. Panzanella è pane, il cilindro e le briciole croccanti, panzanella è pomodoro, il datterino giallo gourmet La Fiammante confit e la polpa di san marzano La Fiammante per il fondo di triglia... la panzanella è tante altre cose, come il cetriolo in granita, il basilico come "inzuppo" del cilindro di pane, la cipolla marinata e il sedano arricciato in acqua e ghiaccio.

Tempo di preparazione: 120 minuti

Ingredienti per 2 persone

n. 2 triglie
n. 4 pomodorini datterino giallo La Fiammante
Olio evo q.b.
Sale q.b.
Pepe sichuan q.b.
Zucchero di canna q.b.
Timo q.b.
n. 1 lime
n. 1 cipolla rossa
Aceto di vino bianco q.b.
n. 1 spicchio d'aglio
n. 1 foglia di salvia
n. 1 peperoncino
100 ml di vino bianco secco
100 g polpa di San marzano La fiammante
n. 1 cetriolo
2 g acido ascorbico
n. 1 costa di sedano
50 g di basilico
50 g di pane toscano a lievitazione naturale.

Prodotti utilizzati

Pomodorini datterini gialli Gourmet La Fiammante, Polpa di San Marzano La Fiammante, verdure fresche di stagione, triglie fresche pescate nel Mediterraneo, pane toscano a lievitazione naturale fatto in casa.

Strumenti di cottura

Estrattore - forno.

Preparazione

Puliamo una triglia eliminando, ma conservando, testa e lisca ma lasciandone 1 cm attaccato alla coda, eliminiamo anche le spine interne. Riponiamo in frigo.

Facciamo dei pomodorini datterino giallo La Fiammante confit, in forno a 125° per 90 minuti, conditi con olio, sale, pepe, zucchero di canna, timo e zeste di lime. Puliamo una cipolla rossa, la tagliamo in 8 spicchi e la sbollentiamo per 60

secondi, arrestiamo la cottura e condiamo la cipolla con aceto di vino bianco, olio evo e sale. Riponiamo in frigo per 60 minuti.

Rosoliamo in padella, con olio evo, dell'aglio in camicia, salvia e peperoncino, aggiungiamo le lische e le teste delle triglie, facciamo rosolare, poi sfumiamo con il vino bianco. Una volta evaporato il vino aggiungiamo la polpa di san marzano La fiammante e dei grani di pepe. Facciamo ridurre,filtriamo la salsa e regoliamo di sale. Teniamo da parte.

Facciamo un estratto di cetriolo, con la buccia, aggiungendo olio, sale e acido ascorbico (per non fare annerire) e riponiamo in un contenitore in freezer, grattando ogni 15 minuti con una forchetta.

Con un pelapatate, ricaviamo dei velli di sedano che metteremo in acqua e ghiaccio in frigo.

Facciamo un estratto di basilico, aggiungiamo aceto di vino bianco , l'acido ascorbico e mescoliamo.

Ricaviamo dei cilindri di pane toscano e li immergiamo nell'estratto di basilico.

Tostiamo delle briciole di pane toscano in padella antiaderente con un goccio di olio evo e mettiamo da parte.

Cuociamo la triglia per pochi minuti in padella antiaderente, salando leggermente.

Impiattiamo la triglia e tutti gli altri elementi della panzanella, terminando con il fondo di triglia.

Vino consigliato

Vermentino.