

Una Ricetta ogni 15 giorni

2 maggio 2011

Involtini Garibaldi

Tempo di preparazione circa 50 minuti

INGREDIENTI

PER 4 PERSONE

12 Filetti di Sogliola (anche la meno pregiata ma saporita Platessa va benissimo)

4 foglie grandi e tonde di Radicchio di Chioggia

8 giri interi di Porro (poi leggerete come ottenerli)

2 fogli di Alga Nori (la trovate al supermercato, è l'involucro commestibile che serve per confezionare il Sushi)

Una quarantina di Pomodori Datterini, Erba cipollina, una decina di steli, Pinoli, una manciatina

Olio Extravergine di Olive, Stracchino freschissimo, 350 grammi

Sale fino, Pepe Nero, Pangrattato, un paio di manciate

ATTREZZATURA NECESSARIA

Due teglie in ceramica strette e lunghe, Coltello da cucina, Tagliere, Carta da forno, Pennello da cucina

1	Stendete i filetti di pesce uno accanto all'altro sul tagliere foderato di carta da forno
2	Date una leggera spennellata di Olio Extravergine di Olive sulla faccia rivolta verso l'alto di ogni filetto
3	Salate e pepate leggermente poi lasciate riposare qualche minuto
4	Le foglie di Chioggia, i giri di Porro e l'Alga Nori serviranno per avvolgere gli involtini di pesce, una volta farciti
5	Preparate le foglie di Radicchio di Chioggia sciacquandole per bene. Levate il primo giro di foglie ed utilizzate quelle un poco più all'interno del ceppo. Esse avranno nervature meno marcate e quando le arrotolerete intorno agli involtini di pesce non rischierete di romperle
6	Sciacquate i porri, eliminate la punta e tagliate all'altezza dell'inizio delle foglie verdi. Incidendo longitudinalmente l'esterno togliete il primo giro e gettatelo. Separate altri 8 giri di porro e sciacquateli per bene senza romperli
7	Tagliate l'Alga Nori a strisce larghe almeno 4 centimetri in più della larghezza massima dei filetti di pesce. Fate attenzione ad usare la massima delicatezza, è molto fragile. Tenetela inoltre lontana da acqua ed umidità, si imbeve con estrema facilità diventando praticamente inutilizzabile
8	Tagliate lo Stracchino a fettine di dimensione tale da poter essere accomodate sui filetti di pesce senza che sbordino ai lati
9	Mettete un pizzico di sale sullo stracchino steso su ogni filetto e una piccola grattatina di Pepe Nero
10	Sciacquate gli steli di Erba Cipollina e tagliateli a pezzettini molto piccoli. Mettetene una decina di pezzetti sparsi qua e là su ogni filetto. Aggiungete qualche Pinolo
11	Arrotolate molto delicatamente i 12 filetti di pesce, uno ad uno
12	Mettete del pangrattato su un piatto e passateci ogni filetto facendolo rotolare. Abbiate cura di togliere il pangrattato in eccesso
13	Per tutte le operazioni di impacchettamento vi potete aiutare con degli stuzzicadenti per tenere chiusi gli involtini avvolti nelle verdure e nell'alga. Cominciate accomodando 4 filetti così farciti nelle foglie di Chioggia ed arrotolate la foglia intorno all'involentino facendo attenzione a non romperla, se possibile. Cercate di rimboccare i lati come se faceste un pacchettino
14	Aprite delicatamente i giri di porro e sistemate l'involentino all'interno. Anche qui farete i pacchetti rimboccando i lati. Certo un solo giro di porro non sarà sufficiente a contenere tutto l'involentino, quindi usate due giri di porro avvolgendo l'involentino con il primo e poi mettendo il secondo giro intorno al primo. Non preoccupatevi se non saranno perfetti. Li sistemerete meglio quando li posizionerete in teglia
15	Impacchettate i 4 involtini rimasti nell'Alga Nori
16	Accendete il forno e stabilizzate la temperatura a 180 gradi
17	Tagliate a metà i pomodori datterini, disponeteli nella seconda teglia e metteteli in forno per circa 20/25 minuti ad appassire senza nulla aggiungere
18	Date un filo d'olio sul fondo della prima teglia per gli involtini.
19	Disponete gli involtini con delicatezza, uno ad uno, cercando di rimboccare i bordi laterali al meglio
20	Un poco di sale, una grattata di pepe Nero ed un filo d'olio e metteteli in forno per circa 25 minuti
21	Quando i pomodorini saranno ben appassiti toglieteli dal forno e lasciate che perdano un poco di calore
22	Quando anche gli involtini saranno cotti, potete comporre i piatti
23	Posizionate un involtino per tipo su ogni piatto (nell'ordine l'Alga Nori, il Porro ed il Radicchio) e guarnite attorno con i pomodorini, qualche tocchetto di Erba Cipollina e qualche Pinolo. Consiglio di usare piatti bianchi e grandi. L'effetto TRICOLORE è assicurato. Olio a filo per incorniciare il tutto. Il Porro ruvido e dolce. La Chioggia croccante e amarognola, l'Alga inconsistente e dal sapore marino. All'interno il profumo della sogliola e della delicata crescita cotta
24	Un bianco siciliano forte e profumato sarà degno compagno di questo splendido piatto
25	Buon appetito e, come sempre, fatemi sapere