

UNA RICETTA OGNI 15 GIORNI

15 Settembre 2011

Involtini di Pesce Spada in Terrazza

Tempo di preparazione circa 40 minuti + cottura 20 minuti

INGREDIENTI - PER 4 PERSONE:

8 fette di Pesce Spada dello spessore di 3 o 4 millimetri, 1 Limone, 150 grammi di Pangrattato
 80 grammi di Pecorino Siciliano grattugiato (se non lo trovate può andare bene il Pecorino Romano)
 Una manciata di Pinoli, Due cucchiaini da cucina di Uvetta Sultanina chiara
 Tra 20 e 30 di foglie di Prezzemolo (in funzione della dimensione)
 8 foglie di Menta fresca, 2 spicchi d'Aglio
 6 filetti di Acciuga sott'olio, Una manciata di capperi sotto sale ben sciacquati e dissalati
 20 Pomodorini Pachino maturi, Olio Extravergine di Olive, Pepe

ATTREZZATURA NECESSARIA

Un vassoio per radunare gli ingredienti pronti all'uso
 Una tazza per il pangrattato tostato, Tagliere, Coltello da cucina, Cucchiaino da cucina, Spatola
 Tegame largo, Grattugia, Teglia di coccio per la cottura in forno, Stuzzicadenti in legno

1	Avete notato che le dosi di questa ricetta sono poco precise. Il motivo di questo è che i dosaggi saranno gestiti da Voi e per questo assaggerete l'impasto che preparerete per verificarne il buon equilibrio di sapori
2	Cominciate con la tostatura del pangrattato. Tenetene una piccola manciata perché vi servirà in seguito. Mettete il tegame a fondo largo sul fuoco basso e cospargete il fondo con il pangrattato. Lasciatelo un minuto senza muoverlo e poi, con una spatola, date una mescolata ogni tanto. Il pangrattato comincerà ad imbondire mentre lo mescolate. Vi raccomandando di non farlo bruciare. Tre o quattro minuti dovrebbero bastare
3	Spegnete il fuoco, togliete il tegame (non lavatelo, servirà poi) e mettete il pangrattato tostato in una tazza
4	Preparate all'uso tutti gli ingredienti e posizionateli sul vassoio a mucchietti pronti per l'utilizzo. Il vassoio sarà la vostra tavolozza per dipingere questo piatto
5	Grattugiate a scagliette la buccia del limone
6	Tritate le foglie di prezzemolo preventivamente lavate
7	Grattugiate il pecorino. Tritate grossolanamente i capperi
8	Lasciate a bagno l'uvetta sultanina in acqua per una decina di minuti e poi tritatela finemente, sempre a coltello
9	Disponete sul vassoio, accanto agli altri ingredienti, una manciata di pinoli
10	Tagliate grossolanamente le foglie di Menta
11	Tagliate i pomodorini a piccoli cubetti
12	Per ultimi tritate a coltello gli spicchi d'aglio
13	Avete tutti gli ingredienti pronti e potete cominciare
14	Nel tegame precedentemente usato per tostare il pangrattato mettete a scaldare su fuoco molto basso tre cucchiaini da cucina di Olio Extravergine di Olive
15	Aggiungete i filetti di Acciuga e, mescolando di continuo, fateli fondere nell'olio. Non alzate mai il fuoco. Quando le acciughe saranno completamente fuse spegnete il fuoco, mettete il tegame sul piano di lavoro e lasciate freddare tre o quattro minuti
16	Aggiungete all'intingolo di acciughe il pangrattato tostato mescolando per bene. L'impasto deve risultare umido e granuloso ma non liquido
17	Adesso viene la parte divertente. Dovete aggiungere poco alla volta tutti gli ingredienti precedentemente preparati. Il limone, il prezzemolo, i pinoli, l'uvetta sultanina, i capperi, la menta ed il pecorino
18	NON mettete nell'impasto l'aglio ed i pomodorini
19	Quando l'impasto avrà raggiunto l'equilibrio di sapori che giudicherete irresistibile mescolate ancora il tutto un paio di minuti per amalgamare perfettamente
20	Accendete il forno e stabilizzate la temperatura a 200 gradi
21	Stendete le fette di pesce spada sul tagliere, ungetele leggermente d'olio sulla faccia in vista e distribuite in parti uguali l'impasto su ciascuna fetta, in quantità che permetta poi un agevole arrotolatura
22	Arrotolate ogni fetta su se stessa e chiudete l'involtino con due o tre stuzzicadenti di legno
23	Fate cadere un poco d'olio sul panno della mano e massaggiate delicatamente gli involtini per ungerli all'esterno
24	Mettete del pangrattato in una ciotola e passateci, sempre con molta delicatezza gli involtini uno ad uno
25	Date un filo d'olio sul fondo della teglia di coccio e disponete gli involtini, lasciando un piccolo spazio tra uno e l'altro
26	Distribuite qualche pezzetto di aglio tritato e circondare tutti gli involtini con i pomodorini a cubetti facendo attenzione a lasciare gli involtini scoperti. Qualora vi fosse rimasto un poco di impasto potete mescolarlo preventivamente ai pomodorini prima di metterli in teglia
27	Infornate a 200 gradi per 20 minuti
28	Gli involtini di spada si mangiano tiepidi. Potete anche prepararli in anticipo e riscaldarli un pochino prima di consumarli
29	Vino bianco ghiacciato a fiumi !
30	Buon appetito e, come sempre, fatemi sapere