

Una ricetta ogni 15 giorni

16 Giugno 2010

TERRINA DI PESCE

Tempo di preparazione circa 30 minuti + 45 minuti di cottura

INGREDIENTI

PER 6 PERSONE:

650 grammi di Pesce Bianco a filetti (Sogliola, Platessa, Nasello, merluzzo ...)

2 spicchi di Aglio

3 Scalogni

4 Uova Fresche

Panna liquida da cucina, 20 centilitri

Basilico, una decina di foglie

Erba Cipollina, una decina di steli

Pomodorini Pachino, circa 30

Olio Extravergine di Olive

Curry in polvere, un cucchiaino

Sale

Pepe Nero

ATTREZZATURA NECESSARIA

Coltello da cucina

Tagliere

Frullatore

Tegame

Terrina di 1 litro circa di capacità (di alluminio va benissimo)

Recipiente in ceramica o acciaio per amalgamare gli ingredienti

Teglia per la cottura a bagnomaria

| | |
|----|--|
| 1 | Tutti gli ingredienti di questa preparazione devono essere preventivamente preparati e disposti pronti per l'utilizzo |
| 2 | Sciacquate i filetti, controllate che non ci siano lisce e tagliateli a cubetti non troppo piccoli |
| 3 | Lavate i pomodorini e tagliateli a tocchetti piccoli. Metteteli in un recipiente, salate leggermente e mescolate affinché, riposando, perdano liquido |
| 4 | Pulite gli spicchi d'aglio e gli scalogni. Tritateli finemente. Metteteli in un tegame con un cucchiaino di Olio Extravergine di Olive. Fate appassire a fuoco basso evitando che prendano colore. Fuoco basso, mi raccomando, mescolando spesso |
| 5 | Conservandone alcuni integri per la guarnizione finale dei piatti, tritate grossolanamente a coltello le foglie di basilico e gli steli di erba cipollina ben sciacquati |
| 6 | Mettete nel frullatore i cubetti di pesce crudo e le 4 uova rotte al momento. Frullate e aggiungete la panna liquida. Aggiustate di sale e pepe nero. Aggiungete un cucchiaino di Curry in polvere. Frullate ancora per non più di un minuto. Il pesce deve risultare tritato grossolanamente ma ben amalgamato con panna e uova |
| 7 | Trasferite ora il composto frullato in un recipiente di ceramica o acciaio e con un cucchiaino da cucina mescolate delicatamente aggiungendo prima gli scalogni e l'aglio appassiti e poi il basilico e l'erba cipollina tritati |
| 8 | Mettete i pomodorini salati in uno scolapasta e pigiateli delicatamente con la punta delle dita per eliminare il liquido in eccesso. Aggiungeteli al composto nel recipiente e amalgamate il tutto per bene. Il composto deve risultare omogeneo |
| 9 | Accendete il forno e stabilizzate la temperatura a 180 gradi |
| 10 | Preparate la terrina per la cottura. Foderatela con due strisce di carta da forno tagliate a misura e poste nello stampo perpendicolari una all'altra, lasciandole uscire dai bordi dello stampo. Questo aiuterà lo spiattamento dopo la cottura |
| 11 | Versate il composto dal recipiente alla terrina, usando un cucchiaino per livellare il composto. Se necessario battete piano il fondo della terrina sul piano di lavoro |
| 12 | Ponete la terrina al centro di una teglia da forno che possa contenerla agevolmente. Aggiungete acqua nella teglia fino a raggiungere i due terzi dell'altezza della terrina contenente il composto |
| 13 | Mettete la teglia in forno e lasciate cuocere a bagnomaria per 45 minuti |
| 14 | Terminata la cottura lasciate freddare la terrina a temperatura ambiente |
| 15 | Spiattate su un vassoio e servite a temperatura ambiente a fette, guarnendo i piatti di servizio con foglie di basilico e steli di erba cipollina |
| 16 | Io l'ho assaggiata con un Vermentino di Sardegna di Is Argiolas. Niente male. Consiglio |
| 17 | Buon appetito e, come sempre, fatemi sapere |