

Coda di rospo ai ferri con guarnizione di capperi e pomodorini

A dispetto del nome altisonante si tratta di un piatto estremamente semplice; semplice ma impreziosito dalla presenza di un buon filetto di pesce.

Qui la coda di rospo, per l'appunto, il cui sapore e consistenza vengono sottolineati da una guarnizione calda e subito pronta.

Chiaramente la coda di rospo può essere sostituita da una bella fetta di tonno, appena scottata, e pure da un buon merluzzo

(possibilmente non filetto perché si disfa con facilità).

La procedura resta la stessa.

Ingredienti, per 2 persone:

filetto di coda di rospo, ca.	g	350
olio EVO	CT	1
sale e pepe		QB
<i>- per la guarnizione</i>		
capperi	CT	2
pomodorini	pz	8
acciuga	filetti	2
sale e pepe		QB
aceto balsamico	ct	2

Preparazione:

Aprire il filetto lungo la parte centrale, appiattirlo con la mano e ricavarne due belle fette, tipo scaloppine.

Condirle con olio, sale e pepe lasciandole poi marinare per una mezzoretta.

Nel frattempo lavare e tagliare a spicchi i pomodorini, dissalare un'acciuga e ricavarne due filetti (oppure usare due filetti sott'olio...), sciacquare i capperi sotto sale (o scolare bene dei capperi sott'aceto).

Scaldare la griglia e appena ben calda adagiarvi le fette di coda di rospo *(se si usa una bistecchiera a contatto, come nelle foto, nei primissimi minuti va chiusa in posizione sollevata: non deve appiattire il pesce!)*

Intanto in una padella scaldare dell'olio d'oliva insieme ai filetti d'acciuga; appena cominciano a sciogliersi aggiungere, alzando la fiamma a fuoco vivo, i pomodorini a spicchi, i capperi e quindi sfumare con l'aceto balsamico aggiustando poi di sale e pepe *(attenzione: acciughe e capperi son già salati, anche se sciacquati).*

Trascorsi tre o quattro minuti girare con attenzione le fette di pesce (se si usa una piastra) e, se si usa la bistecchiera a contatto (come nelle foto), chiuderla.

Dopo un altro paio di minuti il pesce sarà pronto (non deve stracuocere, importante) per essere trasferito nel piatto e coperto con la guarnizione ben calda.

Volendo si può completare il piatto con degli spinaci scottati in padella con del burro o altre verdure secondo i propri gusti.

Buon appetito!

SUGGERIMENTI E NOTE:

- Questa preparazione può anche essere fatta alla brace: in questo caso andrà utilizzato un calore medio ma non indiretto.