
Cefalo al ripieno di speck e porro al profumo di uva

Autore: Cristina Orlandi

Fonte: Città Nuova

Il cefalo, detto anche muggine, ha una carne magra e di buon sapore, nonostante sia considerato un pesce poco pregiato. Buono arrosto o alla brace, al cartoccio o lessato. Dalle sue uova, debitamente trattate, si ottiene la bottarga, deliziosa anche grattugiata semplicemente sulla pasta.

Ingredienti per 2 persone:

2 cefali piccoli, 1 scalogno, 50 grammi di speck, 10 acini di uva bianca, $\frac{1}{4}$ porro, finocchietto selvatico, timo, 2 foglie di alloro, $\frac{1}{2}$ bicchiere di vino bianco secco, olio extravergine di oliva, q.b. di sale e di pepe bianco.

Preparazione

Per la farcia:

Tagliare a rondelle un quarto di porro e farlo appassire in 1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva, unire quindi lo speck tagliato a julienne, il finocchietto selvatico e regolare di sale e di pepe bianco. Saltare ancora per un minuto.

Per i cefali:

Eviscerare e lavare sotto un getto di acqua fresca i pesci e riempirli con la farcia che avete preparato.

In un tegame (possibilmente una pesciera) con 2 cucchiai di olio extra vergine di oliva far appassire uno scalogno e una carota tagliati molto finemente. Quindi posarvi i pesci, annaffiare con del vino bianco secco e alzare la fiamma per far evaporare l'alcol.

Quando l'alcol sarà evaporato, abbassare nuovamente la fiamma, aggiungere gli acini, le foglie di alloro e il timo. Regolare di sale e di pepe. Cuocere per altri 10 minuti circa. Quando l'occhio del pesce sarà lievemente fuoriuscito e sarà diventato bianco, spegnere.

Togliere il ripieno dai pesci e tenerlo da parte. Spellare e ricavare dei filetti.

Presentazione:

Servire i filetti di pesce nei piatti con a guarnizione gli acini di uva, speck e porro (che avevate tenuto da parte) e una foglia di salvia. Bagnare con un po' di salsa di cottura.