



Involtini di pesce spada

Un secondo piatto molto appetitoso che prende spunto dalla tradizione culinaria siciliana.

Ingredienti (4 persone)

800 grammi di fette sottili di pesce spada, 400 grammi di

pomodori rossi, 2 cipolle, 1 costa di sedano, 100 grammi di pecorino siciliano, 100 grammi di pangrattato, 1 spicchio di aglio, 50 grammi di capperi, 1 cucchiaio abbondante di pinoli, 2 foglie di al-

loro, 1 cucchiaio abbondante di uvetta, basilico, 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva, prezzemolo tritato, q.b. di sale e di pepe.

Preparazione

Eliminare la pelle dalle fette di pesce spada, tagliarle in modo regolare e batterle con un batticarne.

In una padella far appassire in quattro cucchiaini di olio extravergine di oliva le cipolle tagliate finemente e la costa di sedano tritato. Togliere metà del soffritto e adagiarlo in un altro tegame. Aggiungere nella padella i ritagli del pesce e cuocere per un paio di minuti. Togliere dalla fiamma, far freddare, quindi aggiungere il pangrattato, il pecorino grattugiato, un cucchiaio di

capperi e un paio di foglie di basilico sminuzzate. Amalgamare bene e posare sopra le fette di pesce la farcia ottenuta. Arrotolare su se stesse le fette di pesce e chiudere con degli stecchini per evitare che nella cottura gli involtini si aprano.

Nel tegame con l'altra metà del soffritto unire uno spicchio di aglio, i capperi, l'uvetta, i pinoli, due foglie di alloro e, in ultimo, i pomodori tagliati a dadini. Cuocere a fiamma bassa per circa 10 minuti. A questo punto adagiare gli involtini e coprire, regolare di sale e di pepe e cuocere da ogni lato per circa 15 minuti. Eliminare lo spicchio di aglio, spolverare di prezzemolo tritato e servire. ■

POGGIO ARIOSO

Una vacanza in agriturismo sui colli di Firenze



Vieni a trovarci tra vigne e olivi a 20 minuti dal centro città.

Ti ospiteremo in appartamenti appena ristrutturati a fianco di una villa seicentesca e del suo giardino che domina la valle dell'Arno.



www.poggioarioso.it - tel. e fax 055 740557 - 329 2782330

Fattoria Poggio Ariosio - Neogeo s.s.a. - Viale Lamperi, 10 - 50018 Scandicci (Firenze)
Azienda del Movimento dei Focolari