

LA RICETTA

Orata all'aneto e bacche rosa



02_05_2021

Orate all'aneto e alle bacche rosa
Image not found or type unknown
ORATE ALL'ANETO E BACCHE ROSA
Ecco un piatto del tempo di Tertulliano. Arbitro di cucina sana, amava il pesce e le erb
questo antico piatto sarebbe senz'altro di suo gusto.
Ingredienti per 2 persone:

2 orate grigie di circa 220 gr l'una
Un limone tagliato a metà
Un mazzetto di aneto
2 cucchiaini di bacche rosa
Olio d'oliva
50 gr di burro
3 cucchiai di farina
Sale
Pepe

Preparazione:

Pulire, squamare e svuotare le orate (meglio ancora: fate fare al pescivendolo questa operazione).

Mondare l'aneto.

Salare e pepare l'interno dell'orata, ed introdurre in ognuna un rametto di aneto. Infarinare le orate, scuoterle delicatamente per eliminare la farina in eccesso. Mettere a fuoco vivo una padella con 3 cucchiai di olio d'oliva. Abbassare la fiamma a media, rosolare e cuocere le orate su entrambi i lati.

Quando sono rosolate, toglierle dalla padella, gettare l'olio di cottura.

Nella stessa padella sciogliere il burro e rimettere le orate ad insaporirsi per mezzo minuto. Aggiungere anche le bacche rosa e dei rametti di aneto.

Servire ben calde le orate, decorate con aneto fresco e mezzo limone.