



CUCINA CON NOI!

Filetto di San Pietro al curry con fagiolini al burro di malga

INGREDIENTI

800 g di filetti di San Pietro

750 g di Fagiolini Fini Orogel

1 cucchiaino di curry Garam Masala

1/4 lt di panna fresca

10 g di cipolla bianca

50 g di mela verde

50 g di banana

1 bicchiere di brodo vegetale

olio extravergine di oliva

burro di malga

sale e pepe



4



Media



Secondi Piatti

Preparazione

- 1** Per la salsa al curry: sbucciare la frutta e tagliarla a pezzi. In un tegamino con un filo di olio aggiungere la frutta, la cipolla a pezzetti e rosolare avendo cura che non si colorino troppo. Aggiungere il curry, la panna, e il brodo vegetale: cuocere 10 minuti a fuoco basso e aggiustare di sale. Con il minipimer frullare bene la salsa in modo che sia liscia e vellutata.
- 2** In una pentola con acqua bollente salata, cuocere i fagiolini al dente, colarli e ripassarli in padella con il burro di malga.
- 3** Pulire bene i filetti di San Pietro avendo cura di togliere le piccole spine. In una padella antiaderente con un goccio di olio e una noce di burro rosolare i filetti, regolare di sale e pepe bianco e bagnare con la salsa al curry, facendo insaporire alcuni minuti.
- 4** Comporre il piatto con a lato i fagiolini al burro e a fianco i filetti di San Pietro al curry.

