



CUCINA CON NOI!

Filetti di spigola ripieni con scarola e salsa di zucca

INGREDIENTI

4 filetti di spigola

300 g di Scarola Orogel

30 g di capperi dissalati

200 g di Zucca a Cubetti Orogel

erba cipollina

40 g di Virtù di Brodo Orogel (unire 200 ml d'acqua e seguire le istruzioni)

12 pomodorini ciliegia

timo e basilico

1 cucchiaio di Scalogno Orogel

1 spicchio d'aglio

olio extravergine d'oliva

sale e pepe



45



4



Avanzata



Secondi Piatti

Preparazione

- 1** Cuocete la scarola in padella con 2 cucchiai di olio e un pizzico di sale per 5 minuti: dovrà risultare asciutta. Versatela in una terrina e lasciatela intiepidire. Unite i capperi grossolanamente tritati, qualche foglia di basilico tagliata a julienne e un poco di timo sfogliato.
- 2** Stendete i filetti di spigola tra due fogli di pellicola per alimenti. Appiattiteli leggermente con il batticarne ed eliminate eventuali lische con una pinzetta.
- 3** Distribuite il composto sui filetti di pesce, arrotolateli e legateli con un filo d'erba cipollina ammorbidito per 2 secondi in acqua bollente. Sistemateli su una teglia ricoperta da carta forno leggermente oliata. Bagnate con 2 cucchiai di brodo, distribuite sulla teglia i pomodorini tagliati a metà, qualche rametto di timo e l'aglio a fettine.
- 4** Coprite con un foglio di alluminio e infornate a 170°C per 15 minuti. Eliminate la carta e cuocete altri 5-6 minuti.

5

Nel frattempo affettate lo scalogno e fatelo appassire con 2 cucchiai d'olio in un pentolino. Unite la zucca e il brodo.

6

Cuocete coperto per 10 minuti. Frullate la zucca per ottenere una crema, aggiustate di sapore. Servite i rotolini di pesce con la salsa di zucca.

