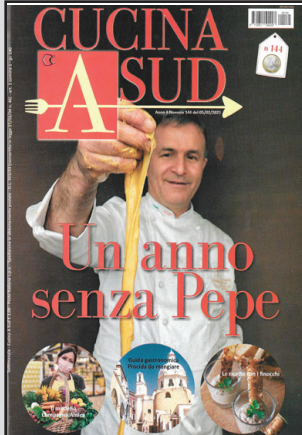




CUCINA A SUD
Settimanale



5 febbraio 2021



Baccalà sovrano



Ingredienti per 4 persone

- 4 tranci di baccalà da 160/180 g cadauno
- 600 ml di olio evo
- 200 g di fresella napoletana
- Erbe spontanee
- Frutti di bosco

Preparazione

Asciugare il baccalà e tenerlo a temperatura ambiente, mettere l'olio in una pentola non molto larga e alta minimo 10 centimetri. Portare l'olio a 70 gradi. Nel frattempo che l'olio raggiunga la temperatura, bagnare le freselle e poi ripassarle in forno già caldo per 5 minuti ad una temperatura di 180 gradi. Farle raffreddare e frantumarle molto finemente con un mixer. Una volta che l'olio è a temperatura, spegnere la fiamma e adagiarvi il baccalà bene asciugato, lasciarlo in immersione per 14 minuti. Dopo la cottura, posare i filetti sulla fresella ripassata e le erbe spontanee, decorare con i frutti di bosco e servire.



Polpo all'insalata



di Giuseppe Scicchitano
Ristorante Innovative
di 'a Figlia d'o Marenaro - Napoli



Ingredienti per 4 persone

- 1 di kg di polpo
- Limone
- Sale
- Prezzemolo
- Olio evo

Preparazione

Portate a bollore l'acqua con il sale. Per un'esperienza tutta partenopea, a inizio cottura, prima di immergere tutto il polpo, calate e rialzate i tentacoli per almeno 3 volte. Calate poi il polpo intero nel tegame e fate cuocere per circa 35 minuti. Il polpo è cotto quando non farà resistenza ai rebbi di una forchetta. Ultimata la cottura in pentola, scolate e fate raffreddare. Durante la fase di raffreddamento il polpo continuerà a cuocere, per cui assicuratevi di non farlo cuocere troppo in pentola. Una volta raffreddato tagliare a pezzi di circa 2 centimetri e condite con olio, limone, un pizzico di sale e prezzemolo tritato.

rassegna stampa a cura di

dipunto•studio
uffici stampa | pr | eventi