



RICETTA: FILETTI DI PERSICO IN CARPIONE



Portata: Secondi piatti

Olio Bertolli: Fragante

Difficoltà: Facile

Tempo di preparazione: 1440 min.

Ingredienti per 4 persone:

- 4 filetti di persico del peso di 150 g ciascuno
- 12 cucchiaini d'olio extravergine BERTOLLI FRAGRANTE
- 2 cipolle
- 2 carote
- 6 cucchiaini di aceto di vino bianco
- 20 g di miele
- 1 mazzetto aromatico (timo, alloro, prezzemolo)
- 2 spicchi d'aglio
- 1 uovo
- 4 cucchiaini di farina
- sale
- pepe

Olio consigliato:



Fragante

Preparazione:



Lava i filetti di persico e asciugali tamponandoli con carta assorbente da cucina (1). Spunta le carote, pelale, lavale e tagliale a julienne (2). Sbuccia l'aglio e le cipolle e taglia queste ultime ad anelli (3).



Scalda in una casseruola 4 cucchiaini d'olio extravergine BERTOLLI FRAGRANTE e fai appassire le cipolle (4). Unisci le carote (5) e gli spicchi d'aglio, quindi il mazzetto aromatico, un pizzico di sale e di pepe, l'aceto (6), il miele e 400 ml d'acqua. Fai bollire il tutto, a fuoco lento, finché il liquido si sarà ridotto alla metà.



Impana i filetti di persico passandoli prima nell'uovo sbattuto poi nella farina (7) Cuoci i filetti in una padella con 6 cucchiaini d'olio extravergine BERTOLLI FRAGRANTE facendoli dorare da entrambi i lati (8). Disponi i filetti cotti in una pirofila e versa sopra la salsa (9). Quando il tutto si sarà raffreddato metti in frigorifero. Servi il pesce in carpione il giorno seguente, condito con un filo d'olio extravergine BERTOLLI FRAGRANTE e una macinata di pepe, aggiungendo se necessario un paio di cucchiaini d'aceto.