

TINCHE AL POMODORO

Ingredienti per 4 persone:

- quattro tinche di 300 g l'una,
- il succo di un limone,
- sale,
- 30 g di burro,
- due cipolle,
- 500 g di pomodori pelati,
- pepe,
- quattro sottilette.

Lasciate spurgare le tinche per due giorni, in acqua corrente, in modo che perdano il loro caratteristico odore di fango, quindi, al momento della preparazione, sventratele, poi squamatele eliminando le pinne, lavatele ancora accuratamente, asciugatele con delicatezza e adagiatele su di un piatto, irrorandole dentro e fuori con il succo di limone.

Lasciate marinare i pesci per 15 minuti, dopodiché li salerete solo internamente.

Prendete una padella, scioglietevi il burro, unitevi le cipolle tritate finemente e fate imbiondire per 5-6 minuti.

Trascorso questo tempo gettatevi i pomodori privati dei semi interni e spappolati con la forchetta; lasciateli cuocere a fuoco lento 15 minuti per fare asciugare tutto il loro succo acquoso.

Salate, pepate e versate la salsa in una pirofila, larga e bassa, quindi ponetela sul ripiano centrale del forno caldo e lasciate cuocere i pesci per 15 minuti, mantenendo una temperatura di 220°.

Dopo 10 minuti adagiate su ogni tinca una sottiletta di formaggio e portate i pesci a cottura completa.

Serviteli caldi nella stessa pirofila di cottura.