

STUFATO DI PESCE DELLA GALIZIA

Ingredienti per 6 persone:

- 1000 g di pesce (merluzzo, pesce persico),
- 4 cucchiaini di olio d'oliva extra-vergine,
- 100 g di brunoise di cipolla,
- 2 spicchi di aglio tritato,
- 50 g di sedano,
- 50 g di carote,
- 400 g di peperoni verdi,
- 250 g di pomodori,
- 600 g di patate,
- sale,
- pepe bianco,
- 1 foglia di alloro,
- 12 cl di vino bianco secco,
- 25 cl di acqua o fumet di pesce.

Pulite i pesci, privateli delle interiora, squamateli e lavateli a lungo sotto l'acqua corrente, infine tagliate i più grossi a tocchetti e lasciate interi quelli piccoli.

Vi consigliamo di non togliere le spine, perché contribuiscono a formare il sapore del piatto.

Dividete a metà i peperoni, privateli dei semi e delle membrane bianche interne e tagliateli a pezzetti.

Scottate brevemente i pomodori in acqua bollente, tagliateli in quarti ed eliminate i semi.

Sbucciate le patate e riducetele a fette di spessore uniforme.

Fate soffriggere la brunoise di cipolla e l'aglio tritato in una casseruola con l'olio caldo, per 5 minuti a fuoco basso.

Unite il sedano e le carote, puliti e tritati, e fate rosolare anch'essi per 5 minuti a fuoco medio.

Unite i peperoni preparati e lasciateli cuocere per 10 minuti, poi fate uno strato di pomodori e su questi sistemate una parte del pesce.

Insaporite con sale e pepe e unite l'alloro.

Formate uno strato di patate a fette, copritele col resto del pesce, salate, pepate e terminate con un altro strato di patate.

Versate il vino bianco e l'acqua (o il fumet) e fate cuocere a casseruola coperta per circa 30 minuti, o fino a quando le patate saranno morbide.

Non aprite la pentola prima del termine della cottura; per evitare che gli ingredienti si attacchino al fondo, scuotetela leggermente.