dicembre 2010

Adesso che siamo in inverno ci vogliono piatti sostanziosi : mi sono accorta che non vi ho dato ricette di pesce , a parte quella delle " sarde in saor "
Rimedio subito con un' altra

<< ***ricetta della nonna Anna*** >>

baccalà in salsa bianca

per 4 persone

gr. 800 di baccalà ammollato , dissalato , spinato e fatto a tranci
questo è quello che usava la mia nonna , quando c' era il tempo di tenere il baccalà nell' acqua e di cambiarla di frequente .
Adesso andiamo più sulle spicce , per cui vanno benissimo anche i filetti di merluzzo surgelati o altro pesce purchè sia in tranci un po' spessi , ma il baccalà è più saporito

gr. 800 di pesce
1 tuorlo d' uovo
gr. 60 di burro
1 foglia d' alloro
1 carota
qualche rametto di cerfoglio
qualche filo d' erba cipollina

dl. 3 di latte
gr. 30 di farina
1 cipolla
½ spicchio d' aglio sbucciato
1 costa di sedano
un mazzetto di prezzemolo
sale - pepe

** mettere a scaldare il latte con la mezza cipolla , l' aglio , la foglia d' alloro e qualche rametto di prezzemolo e lasciare che si insaporisca un po'
** con il burro , la farina ed il latte filtrato fare una besciamella un po' densa
** salare e pepare
** quando si è raffreddata incorporare il tuorlo d' uovo
** aggiungere il cerfoglio tritato finemente e l' erba cipollina tagliuzzata

** con la carota , l' altra mezza cipolla , la costa di sedano , altri due rametti di prezzemolo ed un po' d'acqua , in una pentola , portare a bollore e con un cestello far cuocere a vapore i tranci di pesce , tenendoli un po' indietro di cottura

** in una pirofila che vada in tavola mettere qualche cucchiaiata di besciamella , disporvi sopra i tranci di pesce , salare e pepare un po' , mettere l' altra besciamella ed infornare per qualche minuto finchè il pesce finisce di cuocere , spolverare con un po' di prezzemolo tritato e servire .

Come contorno vanno bene le patate lessate o una bella insalatina mista , tipo misticanza , più fresca