{loadposition myposition1}

<<torna indietro

Ingredienti:

filetti di rombo, privato della pelle e delle lische, 400 gr.
aglio, 5 gr.
bietole selvatiche, 400 gr.
cicoria selvatica, 100 gr.
patate tagliate a dadi, 100 gr.
olio extra vergine d'oliva, 5 dl.
sale

Per la salsa:

pane carrè secco, privato delle crosta, 50 gr.
1 rametto di prezzemolo
1 spicchio d'aglio
1 dl di olio extra vergine d'oliva

Preparazione:

In una padella scaldare l'olio a 50°, immergervi i filetti di rombo e l'aglio e lasciarveli per 15 minuti, quindi scolarli, tagliarli a pezzi e salarli.
Lavare le bietole e la cicoria, scottarle brevemente in acqua salata (8 g per 1 litro di acqua) e scolarle conservando l'acqua di cottura. se necessario, regolare di sale e passare brevemente le verdure nell'olio caldo.
Lessare i dadi di patata nell'acqua di cottura delle verdure.
Per la salsa, tritare il pane carrè nel mixer.
Ridurre il prezzemolo e l'aglio a purè con poco olio.
Unirvi il pane carrè tritato, ottenendo una salsa granulosa dall'intenso colore verde, e montarla con un filo d'olio.
Disporre le verdure a mucchietti sui piatti caldi e adagiare sopra ognuno un pezzo di rombo.
Sistemare i dadi di patata al centro e guarnire con la salsa al prezzemolo.