

## SECONDI DI PESCE

# Orata alla palinuro

Tradizione: Calabria

DOSI

**4 persone**

## ■ Ingredienti per 4 persone

|                            |             |
|----------------------------|-------------|
| Orata di 1500 g            | 1           |
| Pomodori maturi            | 6           |
| Cipolle                    | 2           |
| Basilico e prezzemolo      | 1 mazzetto  |
| Besciamella                |             |
| Vino bianco                | 1 bicchiere |
| Olio d'oliva extra-vergine |             |
| Sale                       |             |

## ■ Preparazione

- 1** Pulite l'orata e tagliatela a pezzi. Tritate i pomodori (pelati e privati dei semi) e affettate la cipolla; fate rosolare entrambi in una pirola con l'olio e poi unite il pesce a pezzi.
- 2** Salate e bagnate con il vino , quindi passate nel forno caldo. Dopo 15 minuti girate i pezzi di pesce e proseguite la cottura per altri 15 minuti. Scolate l'orata e disponetela su un piatto di portata tenuto al caldo.
- 3** Preparate la besciamella e amalgamatela al sugo di cottura dell'orata; lasciate sul fuoco, mescolando per una decina di minuti.
- 4** Passate la salsa al setaccio, riscaldatela e distribuitela sul pesce; spolverate con prezzemolo e basilico tritati e servite.