

SECONDI DI PESCE

Pesce spada alla palermitana

Tradizione: Provincia di Palermo, Sicilia

DOSI

4 persone

■ Ingredienti per 4 persone

Olio d'oliva	20 cl
Vino bianco	20 cl
Pesce spada (200 g ognuna)	4 fette
Cipolle affettate	2
Alloro	2 foglie
Sale	
Pepe in grani	
Origano	
Limone	alcune fette

■ Preparazione

- 1 In una terrina mescolate l'olio con il vino, sbattendoli energicamente con una forchetta.
- 2 Netstate accuratamente le fette di pesce spada, quindi lavatele velocemente sotto l'acqua corrente, asciugatele servendovi di un foglio assorbente e mettetele in una casseruola; bagnatele con l'emulsione preparata, mettetevi sopra le cipolle, le foglie di alloro sminuzzate e condite quindi con sale e pepe in grani leggermente pestato.
- 3 Coprite la casseruola con un foglio di pellicola trasparente e lasciate marinare per 2-3 ore.
- 4 Eliminate l'alloro e le cipolle, passate le fette di pesce spada da entrambi i lati nell'origano e fatele quindi cuocere 5 minuti per parte in padella oppure sopra una griglia, girandole più volte affinché cuociano senza bruciarsi.
- 5 Servite subito, accompagnando a piacere il pesce con spicchi di limone.