

SECONDI DI PESCE

Stufato di pesce della galizia

Origine: Spagna, Spagna (Galizia)

DOSI

6 persone

■ Ingredienti per 6 persone

Pesce (merluzzo, pesce persico)	1000 g
Olio d'oliva extra-vergine	4 cucchiari
Brunoise di cipolla	100 g
Aglione tritato	2 spicchi
Sedano	50 g
Carote	50 g
Peperoni verdi	400 g
Pomodori	250 g
Patate	600 g
Sale	
Pepe bianco	
Alloro	1 foglia
Vino bianco secco	12 cl
Acqua o fumet di pesce (v. ricetta)	25 cl

■ Preparazione

- 1 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.
- 2 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.
- 3 Scottate brevemente i pomodori in acqua bollente, tagliateli in quarti ed eliminate i semi. Sbucciate le patate e riducetele a fette di spessore uniforme.
- 4 Fate soffriggere la brunoise di cipolla e l'aglio tritato in una casseruola con l'olio caldo, per 5 minuti a fuoco basso.

- 5 Unite il sedano e le carote, puliti e tritati, e fate rosolare anch'essi per 5 minuti a fuoco medio.
- 6 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.
- 7 Formate uno strato di patate a fette, copritele col resto del pesce, salate, pepate e terminate con un altro strato di patate.
- 8 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.
- 9 Non aprite la pentola prima del termine della cottura; per evitare che gli ingredienti si attacchino al fondo, scuotetela leggermente.