

SECONDI DI PESCE

Pescatrice al pomodoro e capperi

Tradizione: Lazio

DOSI

4 persone

Ingredienti per 4 persone

Coda di rospo (rana pescatrice) di 1000 g	1
Peperone rosso	1
Peperone verde	1
Peperone giallo	1
Pomodori maturi	2
Capperi	1 cucchiaio
Limone	1
Vino bianco	2 dita
Prezzemolo	1 ciuffo
Cipolla	1 pezzetto
Aglio	1 spicchio
Olio d'oliva	6 cucchiai
Sale	1 pizzico
Pepe bianco appena macinato	1 pizzico

Preparazione

- 1 Pulite il pesce, lavatelo, preparatelo per la cottura e riempitegli il ventre con lo spicchio d'aglio e parte del prezzemolo tritati.
- 2 In un casseruola da pesce fate scaldare metà dell'olio, adagiatevi la pescatrice e fatela rosolare da ambo i lati per 5 o 6 minuti.
- 3 Poi irrorate con il vino bianco, incoperchiate e continuate la cottura a fuoco medio per circa 15 minuti.
- 4 Nel frattempo mondate i peperoni privandoli dei semi, lavateli con cura, tagliateli a pezzetti e metteteli in un frullatore con i pomodori sminuzzati, il succo di limone, l'olio rimasto, la cipolla, il rimanente prezzemolo ed un pizzico di sale e pepe.

- 5 Frullate tutto in modo da ottenere una salsa omogenea ed incorporatevi i capperi.
- 6 Sistemate il pesce su un piatto di portata dopo averlo privato della lisca centrale, ricopritelo con la salsa appena preparata, lasciate insaporire un poco la pietanza e poi servite in tavola.