FAGOTINS DE MORUE



Ingrédients Menù

150 g Gransalsa di zucchine (Gransalsa de courgettes) - BZ1
15 g Capperini in olio extra vergine di oliva (Câpres à l'huile d'olive extra vierge) - XG7
30 g Fiokki - PC0
q.s. Olio extravergine di oliva (Huile d'olive extra vierge) - EK5
Peperoncini a goccia rossi dolci (Piments rouges doux en forme de goutte) - W61

Ingrédients

q.s. ciboulette
q.s. sel et poivre
1 courgette
4 petits filets de poisson (au choix)
300 g filets de poissons mélangés (perche, morue, saumon)

Chef: Monica Copetti

Préparation

Doses pour 4 personnes

Couper la courgette en tranches fines et la laisser mariner quelques minutes avec de l'Huile et du sel. Passer les poissons au mixeur et ajouter les Fiokki, la Sauce de courgettes, les Câpres et un peu de sel et de poivre. Disposer la farce sur les filets, puis les envelopper et les fermer avec les tranches de courgettes marinées. Lier les fagotins avec la ciboulette et décorer avec les Piments rouges doux en forme de goutte.

Suggestions

Placer les fagotins, fermeture vers le bas, sur un plat de cuisson avec un filet d'Huile d'olive extra vierge. Faire cuire au four ventilé à 160°C pendant 20 minutes.

PROCÉDÉ CUISSON À BASSE TEMPÉRATURE

Température : 65°C
Durée : 2 heures
Avant de servir, faire dorer au four pendant 7/8 minutes à 180°C.

© Menù srl - Dal 1932 Produttori Specialità Alimentari
Siège legal/Etablissements: Via Statale 12 n.102 - 41036 Medolla (MO) | Bureaux: Via Concordia n.25 - 41032 Cavezzo (MO)