

FILETTI DI SGOMBRO IN CARPIONE DI VERDURE E SALSA DI CAVOLO VIOLA



Chef: Giovanni Pace

Procedimento

Tagliare a julienne tutte le verdure e per le zucchine tenere solo la parte verde. Spadellare le verdure per qualche minuto con una Foglia di alloro; a parte aggiungere il vino, l'aceto e lo zucchero e portare ad ebollizione. Lasciare bollire un paio di minuti e successivamente unirvi le verdure già spadellate, portando di nuovo ad ebollizione. Lasciare intiepidire. A parte tagliare il filetto di sgombro in tre parti uguali, infarinarlo e friggerlo in olio di arachidi bollente ben dorato. Mettere in una piccola ciotola il composto di aceto-vino-verdure e adagiarvi sopra i filetti di sgombro fritti. Lasciare riposare il tutto in frigorifero per una notte. Servire posizionando uno strato di verdure e il filetto di sgombro su una base di Salsa di cavolo viola decorando a piacere.

Ingredienti Menù

15 g Olio extravergine di oliva - EKC

30 g Salsa di cavolo viola - XX0X

Ingredienti

120 g Filetti di sgombro già puliti

1 Cipolla

50 g Sedano

30 g Carote

50 g Zucchine

75 g Vino bianco

25 g Aceto rosso

1 Cucchiaino zucchero

100 g Olio di arachidi

50 g Farina

q.b. Sale

foglie di Alloro