NONNA ADA IN CUCINA : Estate , come ti cucino del buon pesce rapidamente

Inviato da Marista Urru
martedì 16 giugno 2009

Pesce spada alla menta (origine dalla Calabria)

I Calabresi non me ne vogliano se la ricetta come la conosco io non fosse perfetta, me la fece provare una cara amica calabrese e da allora io il pesce spada lo cucino o così, o come ricordo veniva servito dallo storico Temistocle

4 tranci per 4 persone, un 200 gr a trancio in genere, sfregateli con aglio e salateli leggermente, oppure se preferite, tritate aglio e poco sale e con il trito insaporite strofinandoli i tranci, poi passateli nel pangrattato di modo che siano abbondantemente impregnati, friggeteli rapidamente il olio bollente, 5 minuti per parte, girate delicatamente, scolateli su carta assorbente per fritto, lasciateli raffreddare, spruzzateli con dell'aceto di vino bianco e profumate con molte foglie di menta silvestre, lasciate riposare per 30 minuti, vi assicuro che sono ottimi .

Tranci di pesce spada a modo mio

Pesce spada a modo mio perché non posso chiamarlo "alla Temistocle" visto che lo cucino sull'onda dei ricordi: Temistocle dell'Eeea era un mago che non dava le ricette a nessuno.

I tranci dopo averli lavati, li metto un poco a riposare nel latte, sempre anche se sono sicura della freschezza (altrimenti non li compro), non so se è ben fatto, ma così fo' io.

Nel frattempo preparo in padella un sughetto con olio di oliva aglio. Tolgo aglio appena si è imbiondito e aggiungo qualche pezzetto di acciuga o in

mancanza poca pasta di acciughe, mescolo
e ci metto pochi filetti di pomodoro privati dei semi e ben
asciutti, qualche filetto di peperoni arrostiti tagliati sottili,
cuocio a fuoco basso e quando il tutto mi pare ben amalgamato metto
qualche cappero sotto sale ben lavato e strizzato, qualche oliva nera
snocciolata,
giro e salto in questo sugo i tranci , da un lato e dall'altro a
fuoco vivo, dopo averli ben asciugati dal
latte e dall'acqua loro. A cottura ultimata, (pochi minuti), tolti
dal
fuoco, ci metto una fine tagliata di
prezzemolo

Cernia al pomodoro

Personalmente se mi
capita la fortuna di avere un cerniotto da cucinare, (cosa rara), preferisco
cuocerlo in bianco,ma questo tipo di
infornata di cernia, merita:

Peparata la cernia in tranci, pulita e lavata, tagliate i
pomodori spellati e privati dei semi in
piccoli pezzi, adagiate nel tegame su un letto di pezzetti di pomodori
leggermente salati i tranci e copriteli con fette di limone sottili, aggiungete
un abbondante trito di aglio e prezzemolo, spolverizzate con del pepe, metteteli nel forno a 180° per mezz'ora.

Cozze allo zafferano

1kg di cozze 3 o 4 bei pomodori maturi, vino bianco secco,
timo, zafferano

Stavolta chiedo ai sardi di scusarmi, non so se ricordo bene , se mai
correggetemi la ricetta, ce ne avvantaggeremo tutti: la tradizione di una ottima
cucina, i lettori e .. io, grazie sin da ora.

Pulite le cozze, lavatele bene, mettetele in una padella di
ferro ad aprire le valve, scolatele, eliminate le valve, filtrate il liquido di
cottura.

In Padella, poco olio aglio e cipolla da imbiondire, unite
le cozze, aggiungere il liquido di cottura,1 bicchiere di vino, qualche foglia
di timo, un bel pizzico di zafferano, se usate le bustine, mettetene una.

A fuoco lento fate
asciugare, circa 10 minuti dovrebbe bastare, togliete dal fuoco e aggiungete una bella dose di tritata di
prezzemolo, anzi, per essere precisi, usate delle forbici da cucina e tagliate
il prezzemolo sottile, si conserva meglio l'aroma de prezzemolo.

Pesce all'alloro

Mi capita di trovare
pesciotti freschi a volte misti ,
di cui alcuni di specie meno nobili e
saporite, ma freschi, quindi ottimi. In questo caso il misto (
ultimamente per
esempio, due saraghetti poco significativi, con due spigolette, e un
denticiotto, ed ecco una vassoiata d'effetto) , lo cucino alla griglia
spennellandoli con olio di oliva, quando sono pronti, li metto su un
vassoio
foderato di foglie di alloro, ci adagio i pesci
cotti e ricopro con altro alloro dopo aver aggiunto una spolverata di
sale. Lascio riposare anche una oretta o due, provate.