

BACCALÀ CON ZUPPA DI CECI E POLPETTE DI ORTICHE

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (6 cucchiaini)
- 1 dado da brodo
- 1 aglio
- sale
- rosmarino
- provolone dolce (100gr)
- 1 foglia d'alloro
- panna fresca da montare (100ml)
- 1 uovo
- ortiche (500gr)
- ceci secchi (200gr)
- 10 foglie di limone
- filetti di baccalà (500gr)

Come si prepara

Lessare i ceci, messi a bagno la sera prima, in acqua salata e tenere da parte l'acqua di cottura.

Una volta cotti, frullare i ceci e passarli al colino fine ottenendo una purea.

Soffriggere, in una padella con 4 cucchiaini d'olio, l'alloro, il rosmarino e uno spicchio d'aglio tritato finissimo, togliere gli odori e amalgamare il soffritto alla purea di ceci.

Preparare del brodo, sciogliendo un dado in mezzo litro di acqua e usarlo per diluire la purea di ceci quel tanto che serve a renderla morbida ma non troppo liquida. Tenere questa zuppa di ceci in caldo.

Tagliare i filetti di baccalà a rombi regolari, condirli con l'olio e avvorgerli nelle foglie di limone lavate e asciugate, quindi in fogli di carta da forno.

Chiudere questi involtini con lo spago da cucina e passarli in forno preriscaldato a 180 gradi per non meno di trenta minuti.

Lavare le ortiche e soffriggerle in una padella con un filo d'olio insieme ad uno spicchio d'aglio, poi passarle al mixer, dopo aver tolto l'aglio, unire la panna, il provolone grattugiato e un uovo, in modo da ottenere un composto sodo dal quale poter ricavare delle polpettine.



Cuocere le polpette, nell'acqua di cottura dei ceci messa da parte, per 3 minuti giusto il tempo per compattarsi.

Liberare il baccalà dalle foglie di limone, disporlo nelle fondine e ricoprire con la zuppa di ceci e le polpette alle ortiche.

Difficoltà: 3

Tags

pesce, occasioni speciali, creativa, involtini di pesce, Baccalà con zuppa di ceci e polpette di ortiche

