

## PESCE PERSICO ALLA TICINESE

### Ingredienti

- sale
- una cipolla
- burro (40g)
- prezzemolo
- sedano (un gambo)
- una carota
- un porro
- pepe nero
- pesce persico (1000g)

### Come si prepara

Mettere in una pentola i due pesci interi puliti e lavati, coperti di acqua calda fino a metà della loro altezza.

Aggiungere un mazzetto di prezzemolo, porre la pentola sul fuoco e, al primo bollore, salare e lasciar cuocere a fiamma moderata per 30 minuti.

In una padella soffriggere delicatamente in 30 grammi di burro la carota tagliata a fettine sottili, il cuore di sedano bianco tagliato a tocchetti, la parte bianca del porro e la cipolla tritati, un pizzico di pepe, poi cuocere versando un pò alla volta il brodo di cottura del pesce.

Disporre i pesci su un piatto da portata.

Nella padella di cottura del pesce far ridurre il brodo, togliere il prezzemolo, aggiungere le verdure cotte, il burro rimasto e amalgamare bene.

Versare il composto sui pesci e servire.

**Difficoltà: 2**

**Tempo: 45**

### Tabella nutrizionale

Valore energetico	107 kcal
-------------------	----------

448 kJ

## Tags

pesce, cucina regionale, secondi di pesce, ticinese, pesce persico alla ticinese

