



Area Marina Protetta
Isola di Berggeggi



Lünāju de L'Îzua 2024 - Novembre

FRITTO MISTO IN PASTELLA

| INGREDIENTI (per 4 persone) | PREPARAZIONE |
|---|--|
| 400 gr di scampi 400 gr di gamberi d'Oneglia 500 gr di calamari di grossa taglia 200 gr di rossetti 2 triglie di scoglio 4 filetti di sogliola 4 trance di rana pescatrice 8 moscardini piccoli 8 acciughe 400 gr di farina bianca 500 gr di acqua fredda 2 l di olio di arachidi 12 cubetti di ghiaccio sale q.b. | Sfilettare il pesce, pulire i gamberi privandoli dell'interno della testa, tagliare a rondelle i calamari dopo averli pelati sotto acqua corrente e lavare tutti gli altri pesci. Infarinare e setacciare i rossetti, i moscardini e per quanto riguarda il pesce sfilettato immergerlo in una pastella composta da 500 gr di acqua, 200 gr di farina e il ghiaccio. Mettere sul fuoco una padella per frittura con olio. Quando avrà raggiunto la temperatura di 170-180°C (con l'aiuto di un mestolo di legno si potrà notare che immergendolo nell'olio friggerà) si potrà iniziare la frittura dando precedenza ai crostacei per terminare con i rossetti che necessitano di solo 2 minuti di cottura. Salare solo prima di servire in tavola. Un'avvertenza importante è di non salare la pastella visto che il sale concentra l'umidità ed è controindicato per la formazione di crosta croccante. |

Per la ricetta si ringrazia lo Chef Claudio Pasquarelli - Hotel Ristorante Claudio di Berggeggi



MINISTERO DELL'AGRICOLTURA
DELLA SOVRANITÀ ALIMENTARE
E DELLE FORESTE



FEAMP
PO 2014-2020
Fondo europeo per gli
affari marittimi e la pesca



MINISTERO DELL'AMBIENTE
E DELLA SICUREZZA ENERGETICA