

Brodetto alla vastese

9 Dicembre 2015



BRODETTO ALLA VASTESE

Dosi per 5 persone:

1,500 kg di pesce delle seguenti qualità:

merluzzo, triglie, sogliole, testone, palombo, razza, calamari o seppie, scorfani, tracine, lucerne, gamberi, cicale di mare, pesci di scoglio (ad esclusione dei "bavosi")

1,250 kg di pomodori

1/5 di litro d'olio di oliva

1/2 peperone della qualità lunga e sottile

2 spicchi d'aglio e prezzemolo, da tritare assieme (prezzemolo in quantitativo doppio rispetto all'aglio)

peperoncino piccante (facoltativo)

sale

Pulire con cura e squamare i pesci. Cuocere il pomodoro e le verdure e mettere in padella, gradatamente fin dall'inizio, anche i pesci cominciando dai crostacei (esclusi i gamberi) e dai molluschi (tranne il calamaretto di piccole dimensioni che va aggiunto alla fine); a seguire, i pesci di media durezza (il testone, la pescatricetta, la lucerna, la razza) e, alla fine, i merluzzi e le triglie.

La cottura deve continuare per circa un quarto d'ora, a tegame coperto e senza toccare il pesce; per evitare che

quest'ultimo si attacchi sul fondo, togliere di tanto in tanto il tegame dal fuoco e scuoterlo leggermente.

Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667

Direttore responsabile Berardo Santilli