

Filetti di coregone in carpione

Categoria: Antipasti freddi

Data: 13.10.2015

Ingredienti per 4 Personen al 100% (quantità netta)

0.6 kg	Filetti di coregone
0.5 cl	Olio d'arachidi
1 x	Condire (sale)
20 g	Farina bianca
1 dl	Aceto di vino bianco
3 dl	Vino bianco da cucina
1 dl	Acqua
20 g	Carote
20 g	Finocchio
20 g	Sedano stanga
20 g	Porro
2 g	Sale
1 pc	Foglia d'alloro
10 g	Rosmarino fresco
10 g	Salvia fresca
5 cl	Olio d'oliva extra vergine

Mise en place

-Tagliare a striscioline le verdure

Preparazione

- Saltare i filetti di coregone leggermente infarinati
- Sudare le verdure in olio d'oliva extra vergine
- Aggiungere l'acqua, l'aceto, il vino bianco e le erbe aromatiche
- Far bollire per qualche minuto e finire di gusto
- Versare la marinata sui filetti di pesce
- Servire i filetti con un pò di marinata e di verdura, guarnire con mazzetto d'insalata

Osservazione

-Questa preparazione può essere servita anche calda