

FILETTO DI PASSERA DORATO ALL'UOVO CON MAIS E POMODORI

Categoria: Pesci e frutti di mare

Data: 14.11.2012

Ingredienti per 10 Personen al 100% (quantità netta)

1.4 kg	Filetto di passera
1 x	Condire (sale, pepe)
20 g	Farina bianca
1 dl	Olio di girasole bibox
	Uovo per il pesce
200 g	Uova intere pastorizzate
80 g	Farina bianca
10 g	Prezzemolo a foglie lisce
1 pc	Scorza di limone
1 x	Condire (sale, pepe)
	Guarnizione
200 g	Pomodori concassé, freschi
100 g	Grani di mais dolce
20 g	Burro

Mise en place

- Tritare il prezzemolo
- Preparare la massa "pastella"per il pesce

Preparazione

- Condire il pesce
- Infarinare e passare il pesce nella "pastella"
- Saltare il pesce con poco olio, facendo prendere leggermente colore

Guarnizione

- Saltare il mais e i pomodori al burro
- Disporre sul pesce