

## MERLUZZO CON PATATE



Categoria: Pesci e frutti di mare

Data: 10.05.2017

---

### Ingredienti per 4 Personen al 100% (quantità netta)

0,5 kg	Merluzzo
0,4 dl	Olio d'oliva extra vergine
120 g	Pomodori pelati s. semi
40 g	Olive nere (scatola) sgocciolate
40 g	Olive verdi farcite, (scatola) sgoc
20 g	Pinoli
20 g	Uvetta sultanina
20 g	Capperi fini, (scatola) sgocciolati
0,4 kg	Patate
20 g	Farina bianca
1 dl	Vino bianco da cucina
1 x	Condire (sale, pepe)

#### Mise en place

- Ammorbidire l'uvetta lasciandola in un contenitore coperta d'acqua calda per circa mezz'ora
- Frullare i pomodori con il loro liquido di conservazione
- Pelare l'aglio
- Tagliare le olive a fettine (senza nocciolo)
- Pelare la patate e tagliarle a fette di 1 cm. Sbianchirle in acqua salata
- Tagliare il merluzzo a pezzettoni

#### Preparazione

- Fare dorare gli spicchi d'aglio con l'olio , schiacciarli in modo da farne uscire l'essenza, quindi toglierli dal recipiente.
- Aggiungere il frullato di pomodori, le olive snocciolate e tagliate a fettine, i capperi, i pinoli e l'uvetta strizzata.
- Scaldare per bene, salate, pepate, bagnate con mezzo bicchiere di vino, un bicchiere scarso di acqua calda, coprite e fate cuocere a fiamma bassa per 20 min.
- Passare il merluzzo in un velo di farina. Poi, fare dorare in una padella con l'olio d'oliva.
- Sgocciolarli e asciugarli con la carta per togliere il grasso di cottura. Riporli in una pirofila, alternandoli con le fette di patate (utilizzare un contenitore piuttosto grande, in modo da formare solo uno strato).
- Distribuire sopra il sugo bollente in modo uniforme, mettere la pirofila in forno a 190 gradi e lasciare cuocere per circa mezz'ora, controllando di tanto in tanto che il composto non attacchi.