



TINCA IN UMIDO

Ingredienti:

una tinca di circa 1 Kg.
una cipolla
un bicchiere di olio extravergine di oliva
50 gr. di burro
un ciuffo di prezzemolo finemente tritato
200 gr. di biette o coste
un bicchiere di vino bianco secco

500 gr. di polpa di pomodoro
sale e pepe
noce moscata
cannella

Difficoltà



Tempo di preparazione

15'

Tempo di cottura

40'

Rosolare nell'olio e nel burro la cipolla finemente tritata ed unire le biette sminuzzate. Spruzzare con il vino bianco ed unire la polpa di pomodoro, il prezzemolo e le spezie indicate. Salare quanto basta e cuocere a fuoco lento per circa mezz'ora. A parte lessare nel court-bouillon la tinca precedentemente pulita, togliendola dal fuoco cinque minuti prima di fine cottura. Spolparla, ricavando dei pezzi non troppo consistenti, ed aggiungerla alla salsa prima preparata. Continuare la cottura per qualche minuto, amalgamando delicatamente il tutto con un mestolo di legno. Servire calda con polenta, come antipasto.

Nella Coltri

Ristorante "La Taverna" - Pai di Sotto

TAGLIOLINI ALLA TINCA

Ingredienti:

una tinca di circa 1 Kg.
350 gr. di tagliolini all'uovo
olio extravergine di oliva
una cipolla
un gambo di sedano
una carota

sale e pepe
mezzo bicchiere di vino bianco secco
due cucchiaini di polpa di pomodoro

Difficoltà



Tempo di preparazione

20'

Tempo di cottura

1 h

Pulire, squamare la tinca e ridurla a tranci. Friggere e mettere da parte. In una padella rosolare in olio extravergine di oliva le verdure finemente tritate. Salare, pepare, spruzzare con il vino bianco ed unire la polpa di pomodoro. Appassire e ridurre il sugo. Aggiungere quindi la tinca, nel frattempo pulita, diliscata e ridotta a pezzetti con le mani. Cuocere a fuoco lento per circa un'ora, mescolando di tanto in tanto. Lessare i tagliolini in abbondante acqua salata e farli saltare in padella con il sugo del pesce.

Lidia Baschieri

Trattoria "Al Combattente" - S. Benedetto di Lugana