



LAVARELLO AI FERRI

Ingredienti:

lavarelli nella quantità desiderata
olio extravergine di oliva
alloro
salvia
rosmarino
prezzemolo
sale

Difficoltà	1
Tempo di preparazione	15'
Tempo di cottura	30'

Pulire i lavarelli, salare ed insaporire all'interno con il trito finissimo degli odori indicati. Adagiare sulla griglia ben calda, pennellando solo all'inizio con olio extravergine di oliva. Girare a metà cottura. Al termine, togliere i lavarelli dalla griglia, cospargere con un filo di olio extravergine di oliva e servire immediatamente.

Antonio Veronesi

Ristorante "Alla Fassa" - Castelletto di Brenzone

È questo il modo più classico per cucinare il lavarello. La vera morte del lavarello, dicono i locali, sono le braci. E che dire? ... che hanno perfettamente ragione, a sentire il profumo delizioso che emana dalle braci scoppiettanti. Ma le altre ricette riportate qui di seguito suggeriranno diverse ed originali soluzioni, con risultati non inferiori.

LAVARELLO SAPORITO

Ingredienti:

due lavarelli di circa 400 gr.
un cucchiaio di farina
olio extravergine di oliva
due pomodori
una cipolla
una carota
un gambo di sedano
uno spicchio di aglio
tre foglie di basilico
sale e pepe

Difficoltà	1
Tempo di preparazione	20'
Tempo di cottura	40'

Pulire, squamare ed eviscerare il pesce e ridurlo a piccoli tranci di 4-5 cm. Infarinare delicatamente i pezzi e rosolarli in poco olio extravergine di oliva. Tritare le verdure ed aggiungerle nella padella. Soffriggere il tutto e in ultimo unire i pomodori spezzettati. Salare e pepare. Lasciar cuocere a fuoco moderato per circa mezz'ora. Servire con polenta.

Antonia Trevisan

Ristorante "Al Pescatore" - Assenza di Brenzone