




LAVARELLO RIPIENO

Ingredienti:

un lavarello di buon peso
due cucchiari di formaggio grattugiato
pane grattugiato
un uovo
un ciuffo di prezzemolo
uno spicchio di aglio
sale e pepe
olio extravergine di oliva

una noce di burro
mezzo bicchiere di vino bianco secco

Difficoltà 
Tempo di preparazione 30'
Tempo di cottura 30'

Pulire, eviscerare, squamare il pesce ed aprirlo fino a togliere la spina dorsale. A parte amalgamare in una terrina il pangrattato in quantità desiderata, il formaggio grattugiato, l'uovo, l'aglio e il prezzemolo finemente tritati. Salare e pepare. Ammorbidire al bisogno con acqua o latte e ricavare un composto cremoso e soffice. Riempire il pesce, chiudere il ventre con un filo, e passarlo in uovo e pangrattato. Adagiarlo in una pirofila con olio extravergine di oliva e burro e rosolare bene da una parte e dall'altra, spruzzando con vino bianco. Continuare la cottura in forno a temperatura moderata il tempo necessario.

Gianluca e Bortolo Brighenti


“Taverna del Capitano” - Porto di Brenzone

TARTARA DI LAVARELLO

Ingredienti:

400 gr. di polpa di lavarello
venti fettine di limone
un limone intero
pepe rosso
scalogno
crescione
basilico
prezzemolo

olio extravergine di oliva
sale

Difficoltà 
Tempo di preparazione 20'

Disporre la polpa di lavarello, che deve essere freschissima, su un tagliere e batterla con un coltello affilato, fino a sminuzzarla finemente. Insaporirla con olio extravergine di oliva, sale, pepe rosso macinato al momento, parte dello scalogno e delle erbe tritate finemente. Disporre cinque fette di limone in ogni piatto e coprire ognuna con un ingrediente diverso: pepe rosso, scalogno, crescione, basilico, prezzemolo, finemente tritati. Tra due fogli di stagnola tirare con il mattarello la polpa del pesce e ricavarne quattro triangoli, che verranno disposti ognuno al centro di ogni piatto. Guarnire con fili di erba cipollina e con un quarto di limone.

Flavio Tagliaferro

Trattoria “Cristane” - Rivoli Veronese