

Pasticcio di sogliole

Ingredienti per 4 persone

5 filetti di sogliola
400 gr. di patate
30 gr di mandorle pelate
30 gr. di burro
1 dl di olio ext.
5 pomodori freschi pelati e privati dei semi
4 cipolle tritate finemente
una foglia d'alloro
2 spicchi d'aglio tritati molto finemente
3 cucchiaini di pane grattugiato
sale, pepe, burro x pirofila q.b.

Lessare le patate e passarle subito al setaccio, mettendo la purea ottenuta in una terrina. Scaldare in una padella 3 o 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva e mettervi a colorare leggermente le mandorle, che vanno poi tolte, sgocciolate e tagliate a pezzetti. Nell'olio dove c'erano le mandorle, mettere poi aglio e cipolla, e se occorre mettere altro olio, unire quindi i pomodori tagliati a pezzetti, l'alloro, il sale, il pepe e fare cuocere a fiamma bassa per circa 15 minuti.

Mettere nel tritatutto uno dei filetti di sogliola e tagliare gli altri quattro in tre parti. Tenere da parte 1/3 dei pomodori, che verranno usati come salsa, gli altri invece vanno passati al setaccio.

Rimetterli in una padella insieme al filetto di pesce macinato, le mandorle tritate e fare cuocere per circa 10 minuti, sempre a fuoco basso.

Imburrare una pirofila a bordi alti e foderarla con la purea di patate, lasciandone una parte per ricoprire il pasticcio. Disporre sopra le patate parte del composto di pomodoro e alcuni pezzi di pesce, creando degli strati fino ad aver esaurito gli ingredienti. Coprire con la purea tenuta da parte, cospargere di pane grattugiato e piccoli fiocchetti di burro.

Mettere in forno già preriscaldato a 200 ° per 30 minuti circa, fino a che la superficie sarà bella croccante. Servire caldo insieme alla salsa di pomodoro tenuta da parte prima.

E' una ricetta semplice per cucinare la sogliola, tipica.

Come vedete le quantità i tempi ed il resto non sono ben specifici, questo perchè la ricetta è tramandata a voce e di famiglia in famiglia, confidiamo nel vostro spirito di chef e nel vostro apprezzamento per le cose buone di una volta.