



Le ricette della cucina popolare di Pesca ok.

Trota al cartoccio

ingredienti: 1 trota olio vino sale prezzemolo ed aglio pangrattato

Tempo di cottura 30 minuti a seconda della grandezza della trota a 200 ° accendere sopra e sotto e, ventilato se possibile.

Preparazione

adagiare la trota su un pezzo di alluminio tanto grande da contenerlo

preparare in un contenitore il pangrattato l'aglio tagliato a fettine finissime il prezzemolo e mescolare tutto con l'olio, fare una poltiglia abbastanza solida e metterla nella pancia della trota, chiudere con stuzzicadenti la pancia del pesce. Salare ed oliare la trota in superficie e aggiungere del vino.

Chiudere l'alluminio facendo attenzione a chiudere bene i lembi del cartoccio cire nessun liquido.

A metà cottura girare il cartoccio.

E' una ricetta semplice per cucinare la ricciola, tipica dei pescatori del Lazio. 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 cheff e nel vostro apprezzamento per le cose buone di una volta.

Pesca ok staff.
info@pescaok.it