



INGREDIENTI

PESCE

150 a 180 grammi a persona di filetto di lucioperca con la pelle (al posto del filetto di lucioperca si può usare la rana pescatrice o la spigola)
burro per arrostire

SALSA

vino bianco
circa 1 dl di panna a persona
un po' più di ½ dl a persona di brodo o fondo di pesce
zafferano in polvere o pistilli
un po' di prezzemolo tritato
un po' di aneto fresco
Pernod
sale
pepe

PUREA DI PATATE VIOLA

250 grammi a persona di patate viola
latte
burro
sale

FILETTI DI VERDURA

carote gialle e rosse
sedano
porro
sale

Ricetta: Martin Bänziger,
www.restaurant-baenziger.ch

Bangladesh *Filetto di lucioperca in salsa allo zafferano e al Pernod con filetti di verdura e purea di patate viola*

PESCE

Abbrustolare sui due lati i filetti di pesce in burro per arrostire, poi terminare lentamente la cottura in forno.

SALSA

Ridurre un po' di vino bianco. Aggiungere la panna e ½ dl di brodo o il fondo di pesce. Alla fine, aggiustare la salsa con il Pernod, sale, pepe e un poco di brodo.

PUREA DI PATATE

Sbucciare le patate e lessarle in acqua salata. Battere con poco latte e tanto burro per ottenere una purea.

FILETTI DI VERDURA

Tagliare la verdura in filetti sottili (a julienne). Sbollentare molto brevemente in acqua salata, poi passare sotto acqua molto fredda.

Spremere la purea al centro del piatto con un sacchetto per decorare. Versare delicatamente la salsa intorno alla purea. Posare i filetti di pesce sulla purea. Decorare con l'aneto.

Rosolare brevemente la verdura e mezzo pomodoro ciliegino, poi disporli a raggiera sul piatto.

Il tutto è di facile preparazione. La salsa può essere preparata in anticipo.

Anche la purea può essere tenuta calda a bagno maria.

I filetti di verdura e il pomodorino possono essere scaldati alla fine nella stessa padella insieme al pesce.