



SOGLIOLA CROCCANTE (PER BAMBINI)

DIFFICOLTÀ: MEDIA · TEMPO: 50 MIN · INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 SOGLIOLA DA 400-500 GR PER PERSONA

4 PATATE GRANDI

2 CIPOLLE ROSSE

1 BUSTA DI VALERIANA

1 CHIARA D'UOVO

50 GR DI MAIS FRITTO

50 GR DI NOCI SGUSCIATE

50 GR DI PISTACCHI SGUSCIATI

OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

PEPE NERO

SALE

LE PATATE: peliamo e tagliamo le patate a rondelle sottili e la cipolla à la julienne, mescolando il tutto. Condiamo con sale e pepe e passiamo tutto su una teglia da forno. Aggiungiamo olio e alcune gocce d'acqua e inforniamo a 180° C per 45 minuti.

L'IMPANATURA: trituriamo la frutta secca fino ad ottenere una farina grossolana.

EL PESCADO: sfilettiamo il pesce e lo asciughiamo con carta assorbente, quindi immergiamo i filetti nella chiara d'uovo leggermente sbattuta e poi li passiamo nella frutta secca tritata. Subito dopo li friggiamo in una padella con abbondante olio, quindi li asciughiamo con carta assorbente.

PRESENTAZIONE: al centro del piatto posizioniamo un mucchietto di patate. Sopra vi adagiamo un mazzetto di valeriana condita con olio e collochiamo i filetti di sogliola in piedi, appoggiati al mucchietto di patate. Decoriamo con la polvere di frutta secca e alcune foglie di valeriana sulla sommità.