



Baccalà con patate e pinoli

7 Giugno 2020



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO

TEMPO DI PREPARAZIONE
20 MINTEMPO DI COTTURA
45 MINCALORIE
510K

NOTE

INGREDIENTI

800 g di Baccalà gi ammollato

600 g di Patate

40 g di Pinoli

1 spicchio di Aglio

1 Limone bio

1 mazzetto di Prezzemolo

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe bianco in grani

Preparazione

- Ponete il baccalà in un tegame ampio con acqua fredda e portatela a ebollizione.
- Intanto lavate le patate, pelatele e tagliatele a pezzi. Quando bolle l'acqua del baccalà, aggiungete le patate e lasciate cuocere per 25-30 minuti, il tempo necessario perché le patate si ammorbidiscano.

- Nel frattempo lavate abbondante prezzemolo, asciugatelo e tritatelo finemente con l'aglio e metà circa dei pinoli. Versate il trito in una ciotola, condite con l'olio, una macinata di pepe e lasciate insaporire.
- Passato il tempo previsto, scolate il pesce e le patate e mettetele in due ciotole separate. Togliete le lisce al baccalà, sbriciolandolo con le mani, e rimettetelo nel tegame di cottura.
- Spezzettate grossolanamente le patate con una forchetta senza ridurle in poltiglia, quindi unitele al baccalà.
- Versate nel tegame l'olio aromatizzato con il trito, aggiungete i pinoli lasciati interi e rimettete su fuoco moderato per circa 20 minuti.
- Tradizionalmente questo piatto viene 'brandato', ossia scosso con vigore perché gli ingredienti si mescolino bene tra loro e si insaporiscano, ma senza spappolarsi. In alternativa mescolate con un mestolo per tutto il tempo di cottura, ma senza esagerare, in modo che i pezzetti di baccalà e patate restino ben distinguibili.
- Quasi a fine cottura regolate di sale, ma solo se necessario perché il baccalà è già abbastanza sapido di suo. Aggiungete altre foglioline di prezzemolo spezzettate e servite immediatamente.

Carla Marchetti