

Pesce fritto croccante con risottino alla zucca



Piatto

Tipo di
ricetta



70 Minuti

Preparazione



Media

Difficoltà



Ingredienti per 4 persone

Pesce:

4 filetti di pesce (carpa, salmerino, luccio/perca, pesce siluro, salmerino alpino, salmone, anguilla)

Olio per friggere (olio di colza)

Farina

Sale, pepe

Erbe aromatiche (ad es. maggiorana, dragoncello, timo, prezzemolo)

Spicchio di limone e/o di arancia

Risotto alla zucca:

250 g di riso per risotti a grana tonda oppure di orzo perlato

300 g di polpa di zucca ("Ölkürbis", "Hokkaido", etc., a seconda della stagione e dei gusti)

2 scalogni

Olio di colza

250 ml di brodo vegetale

Sale, pepe bianco

Noce moscata

Senape piccante

Rafano stiriano IGP

Olio di semi di zucca stiriano IGP

Semi di zucca non tostati

Preparazione

Cuocere il riso in abbondante acqua e tagliare la zucca a cubetti.

Salare i filetti di pesce freddi, passarli nella farina e metterli nella padella a friggere con abbondante olio dalla parte della pelle, finché non diventa croccante. Insaporire con il pepe e le erbe aromatiche. Aggiungere in padella anche uno spicchio d'arancia o di limone e friggere quindi dalla parte del filetto.

Tagliare finemente gli scalogni e farli saltare nell'olio di colza insieme alla zucca. Versare sopra un po' di brodo vegetale, aggiungere le spezie e lasciar cuocere fino ad ottenere un composto cremoso. Aggiungervi il riso cotto precedentemente e far mantecare con un po' di senape, il rafano stiriano IGP e l'olio di semi di zucca stiriano IGP. Aggiungere infine i semi di zucca stiriani tritati.

Consiglio dello chef: questo piatto è ottimo anche con del riso integrale a grana tonda. Tuttavia, è necessario cuocerlo più a lungo.

Ricetta di Tom Riederer / Foto: Stefan Kristoferitsch