

Sburrita di baccalà

La **sburrita di baccalà** è un piatto tipico elbano, soprattutto della zona di Rio Marina. E' una ricetta povera, ma molto saporita, che si prepara con il baccalà, il pane, aglio, peperoncino e nepitella.

La **sburrita di baccalà** nasce come ricetta di recupero per riutilizzare le parti di baccalà sottili e quindi difficilmente utilizzabili in altre preparazioni, come ad esempio la zona della pancia o la parte più sottile della coda.

La **sburrità di baccalà** andrebbe preparata con fette di pane toscano raffermo. Difficilmente però fuori dalla zona di origine si trova il pane toscano a filoncini, quindi vi consiglio di usare le baguette per preparare i crostini. Con la stessa procedura indicata in ricetta si può usare indifferentemente pane fresco o secco. Se non trovate la nepitella potete sostituirla con mentuccia selvatica, oppure timo limone.



INFORMAZIONI

- 4 persone
- 280Kcal a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**

INGREDIENTI

- 250 g di baccalà già ammollato
- 4 rametti di nepitella
- 1 spicchio di aglio
- 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Peperoncino
- 100 ml di vino bianco secco
- 100 ml di acqua
- 200 g di pane tipo baguette o filoncino
- Pepe nero macinato al momento

PREPARAZIONE

- Sciacquare il baccalà sotto acqua fresca corrente. Eliminare la pelle, le spine e tagliarlo a pezzetti piccoli.
- Sciacquare i rametti di nepitella e tamponarli con carta da cucina.
- Spellare l'aglio.
- Prendere una casseruola abbastanza larga da contenere tutto il baccalà steso.
- Mettere nella casseruola l'olio e l'aglio spremuto con l'apposito attrezzo oppure tritato molto finemente.
- Accendere il fuoco e far soffriggere l'aglio dolcemente, fintanto che non diventa appena dorato.
- Unire il baccalà, la nepitella e peperoncino secondo il proprio gusto, quindi girare il pesce delicatamente, pezzo per pezzo.
- Far prendere colore anche dall'altro lato, quindi aggiungere il vino.
- Lasciar cuocere scoperto per un paio di minuti, a fiamma vivace, muovendo poco gli ingredienti con un cucchiaio di legno, senza mescolare.
- Aggiungere l'acqua calda, abbassare la fiamma, coprire e lasciar cuocere per 10 minuti. Muovere un po' gli ingredienti di tanto in tanto e aggiungere altra acqua se il fondo di cottura dovesse asciugare troppo. Deve infatti rimanere un po' di brodino.
- Nel frattempo affettare il pane e far abbrustolire le fettine sotto il grill del forno.
- Mettere le fettine di pane in piatti da porzione, disporle sopra il baccalà con tutto il suo sughetto, un filo d'olio, una generosa macinata di pepe e servire.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.