



CON THÈ C'È PIÙ GUSTO IN TAVOLA

SCOPRI LE RICETTE DA ABBINARE AL THÈ SAN BENEDETTO.

BRANZINO ALLO ZENZERO E ANICE STELLATO CON THE' VERDE

Difficoltà

Portata: SECONDO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 4 branzini sfilettati
- 1 cucchiaino di maizena
- 1 mazzetto di erbe aromatiche
- 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 1 porro,
- 2 scalogni,
- 1 radice di zenzero fresco
- 5 dl di brodo vegetale
- 3 zucchine
- sale e pepe
- 1 bottiglia di Thè Verde da 1,5L



DA COMPRARE:

PERCHÉ IL THÈ

Un piatto profumato con spezie esotiche ma che fanno ormai parte della nostra cultura culinaria, stimolano il nostro olfatto. Il croccante delle verdure la morbidezza del pesce trova il massimo dell'equilibrio con la freschezza della salsa. In abbinamento il thè verde fresco e leggermente tannico anch' esso dalle origini esotiche.

PROCEDIMENTO

Tritate gli scalogni, soffriggeteli in una casseruola con 2 cucchiaini di olio, aggiungete la maizena. Versateci sopra 5 dl di brodo vegetale e unite il mazzetto di erbe aromatiche, due fettine di zenzero e l'anice stellato. Fate bollire fino a restringere della metà, filtrate la salsa ottenuta e regolate di sale e pepe. Tagliate le zucchine e le carote a listarelle saltatele in 2 cucchiaini di olio extravergine con una grattatina di zenzero. Salate e tenetele da parte. Posizionate i filetti di branzino dalla parte della pelle nella padella ben calda dove avete saltato le zucchine e le carote, salate leggermente, aggiungete mezzo mestolo d'acqua coprite con un coperchio e fate cuocere a fuoco basso per 10 minuti. Mettete in ogni piatto due filetti di pesce le verdure a lato e salsateli con salsa calda.

