



Lucioperca alla barbabietola rossa con finocchi al lime

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione 45 Min.
Tempo di riposo 2 Ore
Tempo di cottura 20 Min.
Porzioni 4
Elettrodomestico Comhair-Steam SL dal 2015

Finocchi al lime

200 g di finocchi

½ lime, filettato

½ lime, succo

30 ml di olio d'oliva

1 pizzico di zucchero

1 pizzico di coriandolo, macinato

sale

pepe

Tagliare i finocchi a fettine sottili con una mandolina e versarli in un sacchetto per sottovuoto con il resto degli ingredienti. Condire con sale e pepe. Confezionare il sacchetto sottovuoto a livello 3. Lasciar riposare in frigorifero per almeno 2 ore.

fior di sale

Aprire il sacchetto con i finocchi al lime, versarli in una ciotola e condire con fior di sale.

Lucioperca alla barbabietola rossa

4 filetti di lucioperca, da 120 g ciascuno

50 ml di succo di barbabietola rossa

40 g di burro

4 grani di pepe di Sichuan

Asciugare i filetti di lucioperca tamponandoli, quindi versarli in un sacchetto per sottovuoto con il succo di barbabietola rossa, metà del burro e i grani di pepe di Sichuan, confezionare sottovuoto a livello 2. Riporre in frigorifero o congelatore fino a poco prima della cottura.

Posizionare il sacchetto nel contenitore di cottura forato all'interno della camera di cottura fredda. Cuocere a vapore.





Infornare gli alimenti

Cottura a vapore 62 °C per 20 Min.

Aprire il sacchetto, filtrare accuratamente il liquido in una pentolina e mescolare con l'altra metà del burro fino a ottenere una salsa vellutata.

Disporre i filetti di lucioperca e servirli con i finocchi al lime. Versare sopra la salsa.

Consigli

I filetti di lucioperca possono essere conservati nella marinata per più giorni.

I filetti di lucioperca possono anche essere passati alla fiamma con un cannello, in modo da ottenere un gradevole aroma di arrosto.

Ottimo l'abbinamento con il purè di finocchi. Per il purè di finocchi cuocere 300 g di finocchi a vapore insieme a 200 g di patate, quindi frullare finemente.

Accessori

Contenitore di cottura forato

Sacchetto per sottovuoto

Ulteriori informazioni

Creata il

11.12.2019

