

# ***Cordon-bleu di merluzzo in panatura di cornflakes con purea di piselli e menta e salsa al vino bianco***



**Un po' di haute cuisine da preparare a casa: sorprendete i vostri cari con del pesce in un'eccezionale panatura, accompagnato da una purea di piselli dal leggero sapore di menta. Semplicemente delizioso!**

I cornflakes si consumano principalmente a colazione con l'aggiunta di latte e zucchero. Ma i croccanti fiocchi sono ideali anche come panatura per verdure, carne, tofu o pesce. Noi abbiamo optato per quest'ultimo, il merluzzo per la precisione. Di questo pesce ne esistono diverse tipologie: il più comune è il merluzzo bianco o nordico; se la polpa del merluzzo viene lasciata essiccare all'aria, si parla di stoccafisso.

Ma per oggi basta con la scienza ittica: il nostro merluzzo viene ora farcito con crema di formaggio e prosciutto crudo, impanato, fritto e servito con un delizioso contorno. Ecco che la ricetta di oggi, se preparata e servita in un certo modo, assomiglia quasi ad un piatto stellato da gustare a casa. Un buon tempismo è importante durante la preparazione: è meglio iniziare con la salsa, dato che può essere riscaldata brevemente alla fine. Dopo di che si prepara il pesce e poi è il turno della purea. Il pesce impanato viene fritto in padella solo poco prima di essere servito. Come contorno si consigliano patate lesse saltate nel burro con prezzemolo fresco.

## **Salsa**

- Un pochino di burro
- 1 cipolla tritata
- 1½ cucchiaini di farina
- 3½ dl di vino bianco
- 0,7 dl d'acqua
- 20 g di sedano a gambo, a fette sottili
- 1½ cucchiaini di capp• eri
- 1½ cucchiaini di aneto tritato
- Sale e pepe
- 70 g di panna semigrassa per salse
- Facoltativo, poco succo di limone

## Purea di piselli e menta

- Un pochino di burro
- 1 cipolla media tritata
- ½ spicchio d'aglio, pressato
- 400 g di piselli surgelati
- 100 ml di brodo di verdura
- ½ dl di panna semigrassa
- 1 rametto di menta, solo le foglie, tritate grossolanamente
- Sale e pepe

## Pesce e panatura

- 650 g di filetti di merluzzo, suddivisi in quattro pezzi uguali
- 2 spicchi d'aglio, dimezzati
- 70 g di prosciutto crudo, tritato finemente
- 120 g di formaggio fresco
- 2 cucchiaini di aneto fresco, tritato
- 2 cucchiaini di prezzemolo fresco, tritato
- ½ piatto fondo pieno di farina
- 3 uova, sbattute in un piatto fondo e condite con sale e pepe
- 1½ piatti fondi pieni di cornflakes, leggermente sbriciolati
- Sale e pepe
- Burro per arrostiture

## Salsa

1. Rosolare i pezzi di cipolla in un po' di burro fino a renderli leggermente traslucidi, spolverizzarli di farina, continuare a cuocere per mezzo minuto rimestando e smorzare con vino bianco e acqua.
2. Portare brevemente il liquido ad ebollizione mescolando. Aggiungere quindi il sedano a gambo, i capperi, l'aneto, il sale e il pepe e far sobbollire lentamente fino a quando il liquido non si sarà dimezzato.
3. Filtrare la salsa, riversarla nella pentola, poi unire la panna semigrassa per salse e mescolare. Condire a piacere e sobbollire per altri 5-8 minuti. Se piace, aggiungere un po' di succo di limone alla fine.

## Purea di piselli e menta

1. Rosolare i pezzi di cipolla in un po' di burro fino a renderli traslucidi, aggiungere l'aglio pressato e continuare a soffriggere per pochissimo tempo.
2. Aggiungere i piselli e il brodo, cuocere a temperatura media con il coperchio chiuso fino a quando i piselli saranno morbidi.
3. Aggiungere la panna semigrassa e la menta e passare il tutto al mixer. 4. Condire con sale e pepe. Riscaldare brevemente prima di servire.

## Pesce e panatura

1. Tamponare i filetti di pesce con carta da cucina e praticare una piccola incisione sul lato lungo con un coltello affilato, spingendo la punta del coltello verso l'interno per formare una tasca.
2. Sfregare i filetti su entrambi i lati con l'aglio.
3. Mescolare il prosciutto crudo, il formaggio fresco e le erbe aromatiche con sale e pepe.
4. Farcire delicatamente i filetti con la miscela di formaggio cremoso con l'ausilio di una sac à poche o un cucchiaino.
5. Passare i pezzi di pesce prima nella farina e poi nell'uovo e infine impanarli con i cornflakes in modo che i filetti siano ben ricoperti.
6. Friggere i filetti di merluzzo lentamente nel burro solo poco prima di servirli fino a quando la panatura non si presenterà dorata.

**Tempo di preparazione: circa 1 ora e 10 minuti**

Giallo chiaro con riflessi verdi. Al naso aromi di pepe bianco e pesca. Corpo mediamente intenso con acidità succosa. Finale lungo.



[Visualizzare nello Shop Vini](#) >