

Baccalà al tè nero con patate, olive e capperi fritti

Secondo

🕒 pronto in: 13 min
🕒 tempo cottura: 3 min
difficoltà: 🍳🍳🍳



INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 400 g di baccalà bagnato
- 2 patate
- 60 g di olive taggiasche
- 30 g di capperi dissalati
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cucchiaio di tè nero in foglia
- olio extravergine di oliva
- sale
- pepe
- 2 ecodosi di acqua (pari a 500 ml)

PREPARAZIONE

› Nella pentola a pressione, versa 2 ecodosi di acqua (pari a 500 ml) e unisci il tè che avrai raccolto all'interno di una garza e legato con uno spago. Porta al limite dell'ebollizione, spegni e lascia in infusione per 30 minuti.

› Nel frattempo taglia le patate a dadini di circa 2 cm e cuocile in una padella con olio e lo spicchio d'aglio in camicia, aggiungendo poca acqua calda alla volta. Un paio di minuti prima del termine della cottura unisci le olive, regola di sale e pepe. Tieni in caldo.

› In una padella fai scaldare un paio di cucchiari di olio, aggiungici i capperi ben asciugati e falli friggere fino a quando saranno diventati croccanti. Tamponali con carta assorbente.

› Trascorso questo tempo metti nella pentola a pressione il cestello per la cottura a vapore, quindi posizionaci all'interno il baccalà, privato delle lisce e tagliato in 4 parti da circa 100 g ciascuna. Chiudi con il coperchio e cuoci per 3 minuti dal sibilo, abbassando la fonte di calore. Fai fuoriuscire il vapore, apri il coperchio, preleva il pesce ed elimina la pelle.

Nei piatti da portata adagia il baccalà sulle patate e olive, completa con un giro di olio e i capperi fritti. Servi subito.

Ricetta realizzata da



Tempo cottura / Ecodosi

Pentola 1 pressione

Tempo cottura : 3 minuti

Ecodosi : 2

Pentola 2 pressioni

Tempo cottura : 3 minuti

Ecodosi : 2

Posizione: 2

1 Ecodose = 250ml