



(<https://www.ricetteregionali.net/>)

Baccalà in salsa agliata



4 Persone

Secondi Categoria

facile Difficoltà

30 minuti Tempo

Attrezzatura : **padella, mortaio**

La salsa agliata è un'antica salsa tipica ligure probabilmente risalente al medioevo. Sono ben note le proprietà di regolazione della pressione del sangue e del colesterolo. Questa salsa aggiunge un gusto forte e deciso a questo piatto a base di baccalà molto semplice da preparare, ma comunque molto saporito.

Ingredienti

- 1 kg di baccalà
- farina
- olio per friggere
- 6 spicchi d'aglio
- la mollica di due panini
- 1 bicchiere di aceto bianco
- vino bianco secco
- sale

Preparazione Baccalà in salsa agliata

Passo 1.

Mettete il baccalà in ammollo per 24 ore cambiando spesso l'acqua, in alternativa utilizzate del baccalà già ammollato.

Passo 2.

Togliete la pelle al baccalà e tagliatelo in pezzi.

Passo 3.

Passate i pezzi di baccalà nella farina, quindi fateli friggere in olio bollente fino ad ottenere una buona doratura.

Passo 4.

Contemporaneamente preparate la salsa agliata pestando nel mortaio l'aglio e la mollica di pane bagnata con l'aceto. Salate e diluite con altro aceto e il vino. Fate bollire per tre minuti e la salsa è pronta.

Passo 5.

Servite il baccalà fritto accompagnandolo con la salsa agliata calda.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 31/12/2019
- ✓ **Calorie:** 350 a porzione
- ✓ **Rating:** 4,8 (8 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)