



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

Ciuppin



4 Persone

secondi Categoria

media Difficoltà

3 ore e 30 minuti Tempo

Attrezzatura : **tegame di coccio, colino, casseruola, ciotole di coccio monoporzione o scodelle, passaverdure**

Ingredienti

- 1,5 kg di pesce**
- anguille
- gronghi
- boldrò
- seppie
- pesce prete
- polpi
- scorfani
- tremole
- 1 cipolla
- 1/2 mezza costa di sedano
- 1 carota
- 1 ciuffetto di prezzemolo
- 2 spicchi d'aglio
- 1 pizzico di origano
- 5 cucchiaini di olio extra vergine di oliva
- 4 pomodori maturi
- 1 bicchiere di vino bianco

pane

sale

pepe

Preparazione Ciuppin

Passo 1.

Pulite i pesci, diliscateli e tagliateli in pezzi pezzi, tenete da parte le teste e le code.

Passo 2.

Affettate finemente la cipolla, tritate il sedano, la carota, gli spicchi d'aglio e un po' di prezzemolo.

Passo 3.

Soffriggete in un tegame di coccio, le verdure tritate e gli odori, versate il bicchiere di vino e fatelo evaporare.

Passo 4.

Sbollentate i pomodori, pelateli, privateli dei semi e riduceteli in polpa.

Passo 5.

Aggiungete la polpa al soffritto, mescolate e lasciate bollire a tegame coperto per circa 30 minuti.

Passo 6.

Versate il pesce nel tegame, regolare di sale e pepe, coprite di nuovo e cuocete a fuoco basso per circa due ore.

Passo 7.

Passate il pesce ed il sugo prima nel passaverdura e poi nel colino (chinois) per filtrare; Mettete il passato ottenuto a bollire in una casseruola.

Passo 8.

Tagliate il pane a cubetti ed abbrustoliteli.

Passo 9.

Ponete il pane in ciotole di coccio monoporzione e versate sopra il pane la crema di pesce.

Passo 10.

Spolverate con poco prezzemolo appena tritato.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 19/11/2015
- ✓ **Calorie:** 0 a porzione
- ✓ **Rating:** 4.0 (1 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)