Orata

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione	20 Min.
Tempo di cottura	20 Min.
Porzioni	4
Elettrodomestico	CombairSteamer V2000 dal 2021

con olio all’aglio e peperoncino

Orata

4 CM di olio d’oliva

1 CT di paprica dolce in polvere

1 CT di sale

2 orate (da circa 500 g ciascuna)

4 rametti di timo

1 limone non trattato, in 8 fettine

Olio all’aglio e peperoncino

4 spicchi d’aglio, a fettine sottili

2 peperoncini rossi, privati dei semi, tagliati a striscioline sottili

80 ml di olio d’oliva

4 rametti di prezzemolo a foglia liscia, tritato

1 limone non trattato, scorza grattugiata

1 CT di fior di sale

Orata

Preriscaldare la camera di cottura a 200 °C con aria calda.

Mescolare olio d’oliva, paprica in polvere e sale.

Sciacquare i pesci internamente ed esternamente sotto l'acqua fredda, quindi asciugarli tamponando. Incidere la pelle sui due lati per 5 mm dalla testa alla coda. Massaggiare i pesci con l'olio alla paprica e disporli su una teglia rivestita con carta da forno.

Mettere il timo nella pancia del pesce, distribuire le fettine di limone nella teglia e cuocere i pesci sull'appoggio centrale per 20 minuti.

Olio all'aglio e peperoncino

In una padellina far imbiondire l'aglio e il peperoncino in olio d'oliva a fuoco medio. Togliere la padellina dal fuoco. Mescolare l'olio con il resto degli ingredienti.

Guarnizione

Cospargere le orate con l'olio all'aglio e peperoncino e servire con le fettine di limone.

Fasi di cottura

(Pre)riscaldare la camera di cottura a 200 °C con Aria calda

Preriscaldamento terminato. Inserire l'alimento.

Aria calda 200 °C per 20 Min.

Accessori

Teglia

Ulteriori informazioni

Creata il	26.01.2022