

CANNAMELA

INSALATA DI BACCALÀ CON CIPOLLA, POMODORINI CONFIT, CAPPERI SU JULIENNE DI FINOCCHIO



Ingredienti per 4 porzioni:

800 gr baccalà dissalato
100 gr cipolla rossa
12 pomodorini ciliegino o datterino
Un cucchiaino di capperi dissalati
150 gr finocchio tagliato a julienne sottile
Olio extravergine di oliva
Pepe, sale
Un limone
Un cucchiaino di zucchero
50 ml aceto rosso
Zucchero a velo
Timo Cannamela
Origano Cannamela
Rosmarino Cannamela

Procedimento:

1. Far bollire in acqua il baccalà per 3 minuti, scolarlo e porlo a raffreddare.
2. Affettare la cipolla e stufarla con l'olio, il cucchiaino di zucchero, l'aceto, un pizzico di sale fino a che sia cotta aggiungendo, se necessario, un po' d'acqua.
3. Tagliare a metà i pomodorini, sistemarli su una teglia da forno, salarli, spolverarli con poco zucchero a velo, timo, origano, rosmarino in polvere. Cuocere in forno ventilato a 150 gradi per 40 minuti (a piacere si possono insaporire con timo, origano o altro).
4. In un recipiente stretto ed alto frullare l'olio, un po' di succo di limone, i capperi, pepe e poca buccia di limone.
5. Condire il finocchio con poco sale e pepe e sistemarlo sui piatti.
6. Disporvi il merluzzo sfaldato alternandolo con la cipolla ed i pomodorini.
7. Condire con dressing ai Capperi.
8. A piacere si può spolverare con i ciuffi del finocchio tritati.