

Pesce persico in agrodolce

(pronto in circa 30 minuti)

Ingredienti per 4 persone:

n° 4 banane non troppo mature,
filetto di pesce persico kg. 1,
una grossa cipolla bianca,
farina,
olio,
burro,
aceto, sale.

Procedimento:

Affettate la cipolla sbucciata.

Pelate le banane e tagliatele a fettine oblique di circa 5 mm di spessore.

Fate dorare leggermente la cipolla in una padella con un cucchiaio di olio e 10 gr di burro, con fuoco basso.

Salate, aggiungete le banane e fate cuocere per circa 10 – 12 minuti, rigirando delicatamente di tanto in tanto, fino a che le banane saranno insaporite e appariranno leggermente caramellate.

Scaldare un cucchiaio di olio e 20 gr di burro in una padella antiaderente; fatevi dorare leggermente i filetti di pesce, leggermente infarinati, a fuoco molto basso per circa 2 minuti a lato.

Bagnate con un cucchiaio di aceto, facendolo colare lungo tutto il bordo della padella, rigirate i filetti una o due volte e spegnete il fuoco per qualche istante.

Disponete il pesce su di un piatto da portata caldo, ricopritelo con la salsa alle banane e servire subito.

Buon appetito !!