

Istituto alberghiero "G. Marconi" Viareggio

## Boga al vino bianco

### Ingredienti

1 kg di Boghe  
1 dl di vino bianco  
100 g d'uvetta sultanina  
due spicchi d'aglio di Nubia  
una cipolla  
una carota  
una costa di sedano  
40g di burro  
farina  
sale  
pepe in grani

### Procedimento

*Squamate ed eviscerate il pesce.*

*Adagiatele in una cocotte capiente, nel quale le boghe possano stare comodamente, bagnatele con vino bianco, unite la cipolla, carota ed il sedano affettati, l'aglio a lamelle, il sale e qualche granello di pepe.*

*Coprite il recipiente, portate ad ebollizione il liquido, poi abbassate il fuoco al minimo e fate cuocere il pesce.*

*Nel frattempo mettete a bagno l'uvetta per farla ammorbidire.*

*Ultimate la cottura, scolate il pesce dal liquido e ponetelo su un piatto da portata caldo. Filtrate il fondo di cottura, mettetelo in una casseruola, unitevi l'uvetta rinvenuta e metà burro lavorato con la farina. Fate fondere bene il burro, poi, a fuoco vivo, fate ritirare il sugo della metà. Aggiungete il burro rimasto, sbattendo con una frusta per rendere la salsa leggermente spumosa; regolate di sale se occorre e versate la salsa sul pesce servendolo subito, ben caldo.*

Istituto alberghiero "G. Marconi" Viareggio

## Tortino di alici con caponata e peperone

### Ingredienti

Alici fresche 1kg  
Melanzane 300g  
Zucchine 300g  
Patate 300g  
Peperoni rossi 700g  
Cipolle 200g  
Olive taggiasche 200g  
Pecorino 50g  
Pane grattugiato 150g  
Olio extrav. di oliva 150g  
Aglio 2 spicchi  
Prezzemolo q.b.  
Burro 50g  
Aceto bianco q.b.

### Procedimento

*Pulire le alici, togliere le lische lasciando i filetti uniti a libro.*

*Imburrare gli stampini di alluminio e cospargerli di pane grattugiato profumato al prezzemolo e foderare gli stampini con metà delle alici. Tagliare le melanzane e le zucchine a dadini e farle saltare, separatamente, in padella con l'olio e l'aglio.*

*Tagliare le patate a dadini e lessarle. In una casseruola fare rosolare metà cipolla tritata con l'olio e quindi unire tutte le verdure preparate precedentemente e bagnarle con una spruzzata di aceto bianco, amalgamare il tutto e insaporire con basilico e prezzemolo tritato. Aggiungere il pecorino quindi riempire gli stampini con il composto e chiuderli con le rimanenti alici. In una casseruola rosolare con un po' di olio la cipolla rimasta, unire il peperone precedentemente sbianchito e pelato, bagnare con un po' di aceto, aggiungere qualche cucchiaino di acqua e cuocere per 20 minuti. Passare quindi il tutto al frullatore e tenere in caldo. Infornare gli stampini per 10 minuti e cuocere a 180° C, quindi sformarli e disporre i tortini nei piatti e guarnire con salsa al peperone e le olive.*