

BACCALÀ ALL' ISOLANA

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di baccalà ammollato,
- farina,
- un uovo,
- olio di oliva,
- pangrattato,
- la buccia grattugiata di mezzo limone,
- abbondante olio per friggere,
- uno spicchio d'aglio,
- sale,
- una piccola scatola di pomodori pelati,
- pepe,
- 100 g di olive verdi snocciolate,
- qualche capperone,
- un ciuffo di prezzemolo,
- crostini di pane tostato.

Tagliate il baccalà a pezzi regolari, lavateli, asciugateli e, dopo aver tolto la pelle e le spine, passateli nella farina, poi nell'uovo che avrete sbattuto con un cucchiaio di olio di oliva, quindi rivoltateli nel pan grattato mescolato alla buccia grattugiata di mezzo limone.

Ponete al fuoco un tegame per fritti con abbondante olio, fatelo fumare e adagiatevi i pezzi di baccalà facendoli dorare da entrambe le parti; quindi fate asciugare l'unto di frittura, ponendo il baccalà su un foglio di carta assorbente.

Ora preparate il sugo: schiacciate lo spicchio d'aglio con un po' di sale, mettetelo in un tegame con mezzo bicchiere di olio d'oliva e quando sarà ben colorito unitevi i pomodori, spappolandoli con una forchetta; salate, pepate e fate addensare la salsa per 10 minuti.

Ora prendete una pirofila, versate sul fondo un leggero strato di salsa, ponetevi sopra i pezzi di baccalà e coprite con la restante salsa; distribuiteli sopra le olive snocciolate, qualche capperone intero e un trito di prezzemolo.

Mettete in forno già caldo e fate cuocere per altri 10 minuti.

Servite con crostini di pane tostato.