

Sgombro al vapore con pesto di olive nere

Un pesto alternativo per condire un pesce povero ma ricco di gusto: sgombro e olive nere sono l'abbinamento perfetto.



Il pesto è uno dei condimenti più famosi sia in Italia che all'estero. Tradizionalmente, è una salsa fredda basata su pochi ingredienti che si rifà all'antica ricetta di una salsa utilizzata per conservare i cibi già cotti o per smorzare gli aromi intensi di alcuni tipi di carne.

In questo piatto ti proponiamo un **pesto un po' diverso**: con olive nere, anacardi e arancia. Resta il tradizionale abbinamento tra consistenze cremose e croccanti ma con l'aggiunta dell'acidulo dell'arancia. Un abbinamento particolare ma ricco di sapore che arricchirà di gusto il famoso [pesce povero](#), lo sgombro, cotto al vapore.

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Preparazione: 5 min. + 10 min. di cottura

Ingredienti

(per 1 porzione)

120 g di filetti di sgombro fresco

25 g di olive nere denocciolate Despar Premium

15 g di anacardi non salati

mezza arancia non trattata

3-4 cucchiaini di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar

1 pizzico di sale

1 pizzico di pepe

Procedimento

1. Preleva la parte arancione della scorza della mezza arancia e ricavane il succo.
2. Prepara il pesto tritando con il mixer le olive, metà della scorza di arancia e gli anacardi, poi aggiungi due cucchiaini di olio. Aggiungi metà del succo di arancia, mescola con un cucchiaino e tieni da parte.
3. Posiziona i filetti di sgombro nel cestello per la cottura al vapore. Irrora con il succo di arancia avanzato e un cucchiaino d'olio.
4. Cuoci lo sgombro al vapore coperto per 5 minuti (da quando raggiunge il bollore), poi aggiungi poco sale e continua la cottura per altri 5 minuti senza coperchio.
5. Disponi lo sgombro nel piatto insieme al pesto. Aggiungi le restanti scorze di arancia, sale, pepe, un filo d'olio e servi.