

## Rombo chiodato al vino con patate su crema di cime di rapa

*Un piatto unico tutto da provare per dare un tocco in più all'abbinamento pesce e patate.*



Quante forme può avere un [piatto unico](#)? Tantissime! Puoi gustarlo come insalata, panino o come tre ricette separate, l'importante è inserire **tutti i nutrienti di cui hai bisogno: verdura, carboidrati e proteine.**

Il piatto che ti proponiamo qui li ha proprio tutti ed è perfetto per assaporare il classico abbinamento **pesce e patate** in una **preparazione un po' alternativa** che vede questi due ingredienti abbinati a una **crema di cime di rapa** super saporita!

**Difficoltà: media**

**Costo: medio**

**Tempo di preparazione: 20 min. + 35 min. di cottura**

### Ingredienti

**(per 1 persona)**

200 g di filetti di rombo chiodato

300 g di cime di rapa

2 patate di medie dimensioni

**2 cucchiai di vino bianco secco Despar**

Erbe aromatiche tritate (timo, maggiorana) q.b.

1 fettina di aglio (facoltativo)

Mezza arancia più qualche goccia di succo

**2 cucchiai di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar**

1 cucchiaino di gomasio alle erbe

**Una spolverata di pepe nero Despar**

### Procedimento:

1. Adagia i filetti di rombo al centro di un foglio di carta da forno abbastanza grande da poterlo poi chiudere. Aggiungi il vino bianco e un filo d'olio. Inforna a 150 °C per 20 minuti circa.
2. Nel frattempo lava bene le patate, pelale e tagliale a pezzetti. Cuocile in una vaporiera per 10 minuti circa.
3. Pulisci le cime di rapa prelevando le cimette e le foglie tenere. Lavale accuratamente e scolale dall'acqua in eccesso. Metti a cuocere anche le cimette a vapore per circa 8 minuti.
4. Con un frullatore a immersione rendi le cime di rapa precedentemente cotte in crema aggiungendo un po' d'acqua per facilitare l'operazione, un filo d'olio, l'aglio, il gomasio e una spolverata di pepe.
5. Servi i filetti di rombo adagiandoli sulla crema di cime di rapa disposta a specchio sul piatto e con degli spicchi di arancia tagliati al vivo. Accompagna con le patate al vapore condite con olio, qualche goccia di succo arancia ed erbe aromatiche tritate.