

Rombo al vapore, patata e timo, cavolo, carote, olio allo zenzero

Un secondo piatto dal sapore di mare per il tuo pranzo delle Feste: rombo, patate e cavolo in un'interpretazione gourmet!



Secondo piatto delle Feste: cosa prepari? Lasciati ispirare da una delicata ricetta a base di **rombo** accompagnato da un giardino di **verdure di stagione**. Stendi i filetti su un letto di **patate profumate al timo** e condisci tutto con un **olio aromatizzato allo zenzero**, per donare alla ricetta una leggera nota piccante.

Difficoltà: media

Costo: medio

Tempo di preparazione: 50 min.

Ingredienti per 4 persone

2 rombi (pezzatura consigliata circa 1,250 Kg cad.)

4 patate medie Passo dopo Passo Despar

1 limone non trattato Bio, Logico Despar

100 ml di olio extra vergine di oliva Bio, Logico Despar

50 g di zenzero fresco pulito

4 carote di media grandezza

1 cavolo romanesco

6 rametti di timo

2 rametti di rosmarino

4 rametti di maggiorana

2 foglie di alloro

2 pezzi di anice stellato

Brodo vegetale q.b.

Aceto di mele q.b.

Sale rosa grosso q.b.

1 cucchiaino di sale grosso

Procedimento:

1. Pulisci i rombi, assicurandoti di ottenere da ognuno 2 filetti grandi e 2 medi. Cuoci a vapore le patate, poi con l'aiuto di una forchetta, schiacciale e condisci con buccia di limone, timo fresco, olio e sale. Tieni al caldo.

2. Per l'olio allo zenzero, scalda l'olio fino a 50 °C e metti in infusione lo zenzero a pezzetti, lascia raffreddare. Pela le carote, tagliale a pezzi piccoli e cuocile in una casseruola, con un filo d'olio, aggiungendo di tanto in tanto il brodo vegetale, per circa 50 minuti. Porta a cottura e frulla aggiungendo olio, aceto di mele, sale e succo di limone (la crema dovrà risultare liscia e dal sapore fresco e acidulo).

3. Sbollenta il cavolo in acqua per circa 3-4 minuti, poi condisci con un filo d'olio a crudo e un pizzico di sale.

4. Cuoci a vapore per circa 6-8 minuti il rombo, mettendo nell'acqua gli aromi; verifica la cottura e controlla il cambio di colore da bianco grigiastro a bianco intenso.

5. Impiatta: adagia a destra la patata schiacciata condita, sulla quale poggiare sopra un filetto intero e uno medio. Finisci con un cucchiaino di olio allo zenzero. Nella parte sinistra del piatto metti la crema di carote e il cavolo romanesco.