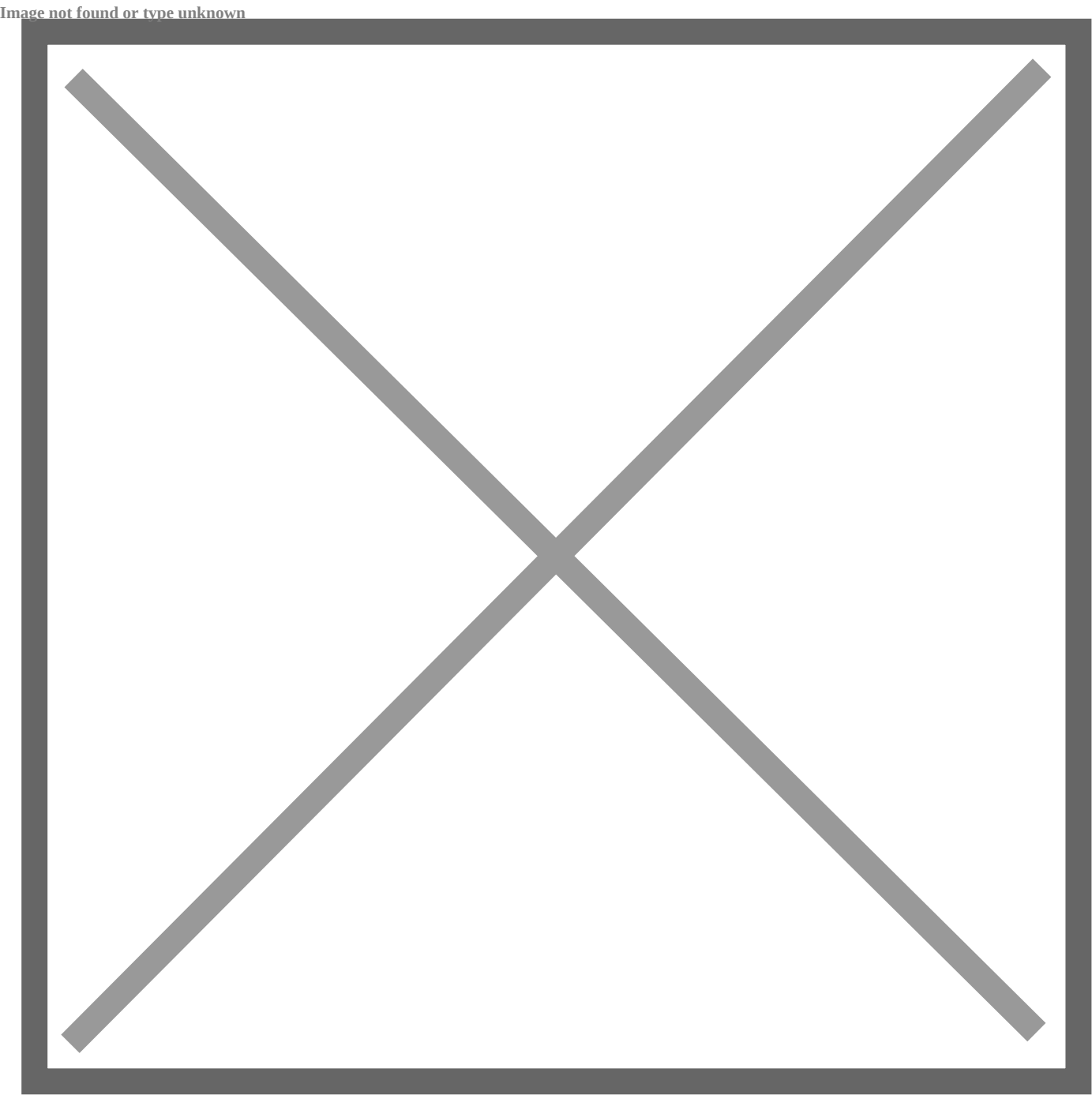


Orate alla vernaccia di Oristano e zafferano



Ingredienti per 2 persone

- 500 g di orate
- 1 bicchiere di Vernaccia di Oristano I circa 200250 ccl
- alcuni pomodorini (a gusto)

- 1 pomodoro secco
- farina 00
- 1 spicchio di aglio
- 1/2 bustina di zafferano
- prezzemolo
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- sale

Esecuzione

In una padella capiente versare 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva e a fuoco medio dorare leggermente lo spicchio di aglio (da togliere o lasciare a seconda del proprio gusto). Adagiare quindi nella padella i filetti delle orate che saranno stati in precedenza lavati, puliti e infarinati: farli dorare bene, sfumarli con la Vernaccia di Oristano, avendo cura di lasciarne un po' da parte. Unire poi i pomodorini tagliati a metà e il pomodoro secco (precedentemente tritato in maniera grossolana); abbassare leggermente la fiamma e coprire il tutto con il coperchio. Versare nella pentola acqua tiepida secondo necessità, facendo in modo che i filetti non si asciughino troppo. Il tempo di cottura medio è di circa 20-25 minuti a fuoco medio-basso. A fine cottura versare nella Vernaccia di Oristano lasciata da parte mezza bustina di zafferano e mescolare minuziosamente. Versare il composto sulle orate e lasciar cuocere ancora per un paio di minuti. Aggiungere al pesce una presa di sale e una di prezzemolo fresco. Infine, in una pirofila adagiare i filetti e - aiutandosi con un cucchiaino - colare sopra la salsa che si è venuta a formare con la cottura.