

Il Principe ranocchio



Era stato un principe ma per dispetto una strega l'aveva trasformato in un rospetto.
Dice una fiaba che solo con un bacio in principe potrà esser ritrasformato.

Chi non conosce questa bellissima fiaba?

La **Principessa** che deve baciare il **ranocchio** per farlo ritornare principe, una delle mie preferite!

Una fiaba che si adatta perfettamente alla **coda di rospo**. Avete mai vista la [rana pescatrice](#) dalla quale si ricava la coda? A dispetto dell'aspetto ha una carne succulenta, soda, senza spine che piace a grandi e piccini ;)

In questo piatto, **il Principe ranocchio**, ho dedicato al pesce una cottura delicatissima al **vapore** con acqua aromatizzata grazie ad un particolare tè affumicato che gli conferisce un profumo quasi mistico. Il contorno invece decisamente autunnale e rispecchia perfettamente i colori ed i sapori di questo periodo.

Con questa ricetta partecipo all'iniziativa di **Gluten free Travel & Living**, il [100% Gluten Free \(fri\)Day](#)



"Il Principe ranocchio"



impiattamento

Ingredienti per due persone

Per la crema di zucca:

200 grammi di zucca;

sale q.b.;

olio E.V.O. q.b.

Per i funghi:

1 spicchio di aglio;

funghi porcini secchi o freschi a piacere;

prezzemolo q.b.;

sale q.b.;

olio E.V.O. q.b.

Per la crosta:

capperi;

olive taggiasche sott'olio;

pomodori secchi;

noci di macadamia.

Per il pesce:

2 filetti di Coda di Rospo;

tè **lapsang souchong**;

acqua q.b.

Per la composizione:

6 castagne precotte;

aceto balsamico di Modena IGP;

sale Maldon affumicato q.b.

*in caso di **celiachia** tutti gli ingredienti a rischio devono essere necessariamente **certificati senza glutine**

Procedimento

La crema:

Pulite e mondate la zucca, tagliatela a pezzi e fatela lessare per circa dieci minuti in acqua salata. Una volta colla scolatela e

frullatela con un mixer ad immersione insieme ad un po' di olio, sale ed eventualmente acqua di cottura. Assaggiate e regolate eventualmente di sale. Mi raccomando, dovrete ottenere una crema liscia ed omogenea.

I funghi:

Ammollate i funghi secchi in un po' di acqua tiepida per un'ora almeno (se li usate freschi ovviamente non sarà necessario). Una volta ammorbiditi scaldare un filo di olio ed uno spicchio d'aglio in una padella e aggiungetevi i funghi. Fateli rosolare qualche minuto e a questo punto aggiungetevi mezzo mestolo di brodo vegetale oppure di acqua d'ammollo, però, precedentemente filtrata. Terminare la cottura ed aggiungetevi del prezzemolo tritato fine.

La crosta:

Preparate un trito con capperi, olive, polodori secchi e noci di Macadamia. Le quantità non le ho indicate perché variano in base ai vostri gusti, insomma fate voi.

L'unico suggerimento che mi sento di darvi, se avete tempo e voglia, è di essiccare i tre elementi morbidi per rendere il tutto più crunchy. Per farlo, se non avete l'apposito essiccatore, potete preparare il trito, stenderlo su una placchetta da forno e farlo andare per almeno quattro ore in forno a sessanta gradi. Il gusto è assicurato.

Il pesce:

Mettete a bollire dell'acqua con un paio di cucchiaini di tè, posizionate l'apposito cestello per la cottura a vapore ed abbassate al minimo la fiamma. Cuocete i filetti puliti dalla pelle esterna e porzionati per una decina di minuti.

La composizione:

Su di un piatto piano stendete con un cucchiaio uno schizzo di crema di zucca quindi impanate la parte superiore della coda di rospo con il trito e adagiatelo sul piatto. Posizionate i funghi dove più vi aggrada e rifinite il piatto con qualche goccia di aceto balsamico di Modena, un po' di sale affumicato e le castagne.