

## Coda di rospo al forno *(Secondi a base di pesce)*



### Preparazione

Spellate la coda di rospo, salatela e riempitela di erbe aromatiche.  
Tagliate a pezzettoni i pomodori e a dadolata grossa le patate e salate.  
Oliate tutto per bene e lasciate riposare una mezz'ora che si insaporisca.  
Mettete in forno a 180° per 1h30min.

### Consigli

Quando acquistate la coda di rospo compratela intera, compresa della testa, per avere maggiori garanzie della sua freschezza. Il suo odore deve essere delicato, gradevole. Il suo aspetto deve essere ben sodo, brillante, e le carni devono essere di un colore rosato. Come tutti i pesci va consumato o congelato subito dopo l'acquisto.

### Curiosità

La coda di rospo è un pesce pregiato dal costo medio alto, tra le tante specie di code di rospo, in commercio si trovano soprattutto: i *Lophius piscatorius* e *Lophius budegassa*. Si trova in pescheria tutto l'anno ma c'è una diminuzione in estate.

### Informazioni

**Preparazione** 120 minuti

**Cottura** 90 minuti

**Dosi per** 4 persone

**Difficoltà** Facile

la terra di Puglia



### ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su  
[shop.laterradipuglia.it](http://shop.laterradipuglia.it)

**Sconto del 10%**

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

### Ingredienti

**Coda di rospo** 500 grammi

**Pomodori** 300 grammi

**Patate** 400 grammi

**Timo**

**Erba cipollina**

**Basilico**

**Rosmarino**

**Cipolle**

**Sale grosso integrale**

**Olio extra vergine di oliva**