

Merluzzo al curry *(Secondi a base di pesce)*



Preparazione

Tritare grossolanamente l'aglio e la cipolla. Farli appassire a fuoco basso in una padella larga, con un filo di olio extravergine di oliva. Prendere un mixer, frullatore o frullatore ad immersione e metterci i pomodori a pezzettoni, il brodo di pesce e, quando la cipolla e l'aglio sono ben appassiti, anche questi. Tritare grossolanamente e rimettere tutto in padella. A questo punto aggiungere tutte le spezie: il curry, lo zenzero, il coriandolo. Aggiungere i ceci scolati. Regolare di sale e pepe. Far cuocere e restringere per una ventina di minuti. A questo punto aggiungere il merluzzo a pezzettoni. Attendere che il pesce sia cotto, quindi servire con riso basmati.

Consigli

Aggiungete il merluzzo per ultimo e cuocetelo solo pochi minuti. Solo così eviterete di farlo diventare stopposo!

Curiosità

Come conseguenza delle strette relazioni tra l'India e la Gran Bretagna, moltissimi piatti indiani a base di curry sono stati importati e rivisitati dalla cucina anglosassone. Ecco perchè non dovrete stupirvi se avrete modo di assaggiare questo piatto anche nel corso di un viaggio a Londra!

Informazioni

Preparazione 60 minuti

Cottura 40 minuti

Dosi per 8 persone

Difficoltà Facile

la terra di **Puglia**



ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su
shop.laterradipuglia.it

Sconto del 10%

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

Ingredienti

Cipolle (una cipolla grande)

Aglio 1 spicchio

Curry (un cucchiaino di pasta di curry)

Coriandolo (due cucchiaini di coriandolo in polvere)

Zenzero (due cucchiaini di zenzero in polvere)

Merluzzo 1000 grammi

Ceci 800 grammi

Brodo 300 millilitri

Riso basmati 450 grammi

Pomodori 500 grammi