
Involtini di sogliola ai piselli

Posted by Elizabeth - 2009/11/09 17:55

Involtini di sogliola ai piselli

4 sogliole
150g panna acida
100g piselli sgranati
50g burro
uno scalogno
prezzemolo
vino bianco secco
sale

Incidere le sogliole con un taglietto all'altezza della coda, poi tirare con forza la pelle verso la testa, staccandola. Ripetere l'operazione dall'altro lato, liberare i pesci dalle interiora, lavarli e asciugarli con carta da cucina.

Passare un coltellino affilato sotto la lisca centrale e ricavare da ogni sogliola 4 filetti.

Lessare i piselli in acqua salata in ebollizione per 10 minuti, frullarli e passarli al setaccio.

Frullare anche 4 filetti di sogliola e unirli al passato di piselli.

Salare, aggiungere 4 cucchiaini di panna acida (panna amalgamata con succo di limone) e mescolare fino ad ottenere un composto omogeneo.

Mettere il composto ottenuto in una tasca da pasticciere munita di piccola bocchetta rotonda e liscia.

Battere leggermente i filetti di sogliola rimasti, salarli, poi avvolgere ognuno intorno ad un tappo di sughero ben pulito.

Sfilare il tappo delicatamente e riempire la cavità con il composto di piselli.

Farcire in questo modo tutti i filetti, quindi metterli in una teglia imburata con tutto il burro morbido a pezzetti.

Tritare finemente lo scalogno e distribuirlo sulla preparazione, unire la panna rimasta, mezzo bicchiere di vino e un ciuffetto di prezzemolo tritato finemente.

Salare, coprire con un foglio d'alluminio e cuocere in forno a 200°C per 20 minuti.

=====