




Triglie alla "Montalbano" (*)

 4 persone  10 minuti  20 minuti

Ingredienti

Un bicchiere di olio extravergine d'oliva; una cipolla tritata; 2 spicchi d'aglio tritati; prezzemolo; 700 gr. di pomodori Pachino pelati, privati dei semi e sminuzzati; un cucchiaino di concentrato di pomodoro; 4 grosse triglie freschissime; un bicchiere di Trebbiano d'Abruzzo; una foglia di alloro; 8 olive nere; sale e pepe.

Preparazione

Versare $\frac{1}{2}$ bicchiere di olio in un tegame di alluminio munito di coperchio e soffriggete la cipolla, l'aglio e il prezzemolo. Quando l'aglio e cipolla sono leggermente dorati unite i pomodori e il concentrato; condite con sale e pepe e cucinate per 15 minuti. Intanto squamate e pulite le triglie e friggetele leggermente nell'olio d'oliva rimasto: quanto basta per assodarne le carni, senza cuocerle completamente. Scolatele e unitele alla salsa fatta coi pomodori, insieme a mezzo bicchiere abbondante di vino bianco, alla foglia di alloro e alle olive; coprite e cuocete su fiamma dolce per 7 minuti senza girarle ma limitandovi a scuotere ogni tanto il tegame per non farle attaccare. Servite le triglie nello stesso recipiente di cottura dopo averle spolverate con due cucchiari di prezzemolo tritato.

(*) La ricetta è stata liberamente tratta dalla lettura delle "inchieste del commissario Montalbano" di Andrea Camilleri