

Alessandro Borghese Kitchen Sound, et voilà la tiella alla cilentana!

borghese-12-c501beb7

TIELLA ALLA CILENTANA

(Costo €€€ - Tempo 35min - Difficoltà ##)

Ingredienti

250g riso carnaroli/arborio

250g gamberi

250g scampi

1kg coda di rospo

250g salsa di pomodoro

1 scalogno

1 costa di sedano

1 carota

20 pomodorini datterini

1 bustina di zafferano

1 ciuffo di prezzemolo

Olio EVO q.b.

Acqua q.b.

Sale e pepe q.b.

Maggiorana q.b.

Rosmarino q.b.

Brodetto q.b.

Preparazione:

Porta a bollore l'acqua per il riso, aggiusta di sale e insaporisci l'acqua con una bustina di zafferano.

Cala il riso, mescola e copri con un coperchio. Cuoci per 8 minuti sul fuoco a fiamma bassa e 12 a fuoco spento, mantenendo sempre il coperchio.

Taglia a losanghe il sedano, le carote e lo scalogno.

Scalda una padella con un filo di olio extravergine e rosola le verdure. Aggiusta di sale e pepe.

Incorpora anche qualche erba fresca (rosmarino, maggiorana) e dei pomodorini tagliati a metà.

Nel frattempo pulisci bene gli scampi, privandoli dei carapaci e dell'intestino e ricava dei medaglioni di rana pescatrice.

Una volta pronte le verdure, versale in una ciotola e utilizza la stessa padella per scottare il pesce.

Trita il prezzemolo finemente a coltello.

Ungi un tegame e componi la tiella.

Versa: un primo strato di riso, bagnato con qualche cucchiaino di brodetto, poi le verdure, il pesce, il prezzemolo, qualche cucchiaino di salsa di pomodoro e così via... prosegui con la stratificazione.

Per concludere gratina in forno a 200 gradi per 15 minuti!

La nuova stagione di Alessandro Borghese Kitchen Sound è in onda tutti i giorni su Sky Uno