

Michele D'Agostino

Maestro di cucina ed Executive Chef – consigliere Nazionale dell'Ordine

Professionale dei Maestri di cucina

Presidente Vicario Unione Cuochi Regione Puglia

Coordinatore Internazionale dell'Ateneo della Cucina Italiana scuola
di aggiornamento della Federcuochi

Componente Euro-Toques Italia

Sito web www.micheledagastinochef.it – e mail dagostinochef@libero.it – michele@fic.it



Filetti di rana pescatrice in porchetta

cat. Piatto unico mediterraneo



1,500 Kg di coda di rospo già pulita

100 g guanciaie

1 gambo di aglio fresco

un mazzetto di finocchio forte

Un mazzetto di spezie fini

1/2 bicchiere di vino bianco

1/2 bicchiere di acqua

olio, sale e pepe

Gr. 300 di Guanciaie

Zafferano

Cuscus alle verdure

PROCEDIMENTO

Dopo avere bene asciugato la coda di rospo, inciderla lungo la spina dorsale da ambo le parti, eliminare la spina, insaporire con sale, pepe, olio e spezie fini.

Adagiarla su un foglio di carta fata e farcirla con fette di guanciaie, finocchio forte e aglio sminuzzati. Chiudere la carta e adagiare il pesce in una pirofila aggiungendo il vino, l'acqua, 1/2 bicchiere di olio e dell'altro finocchio.

Mettere in forno a 170 gradi per 30 minuti; glassarla di tanto in tanto con liquido di cottura, a cottura ultimata, marcare in padella la porchetta, lasciarla riposare e tagliarla a medaglioni, correggere la salsa con fumetto di pesce legato e zafferano, glassare i medaglioni e servirli su uno zoccolo di cuscus alle verdure.