



BRANZINO O SPIGOLA *Morone Labrax*

BRANZINO AL SALE

Ingredienti per 4 persone:

- 1 branzino
- 1 kg di sale grosso, 1 kg di sale fino
- 3 albumi d'uovo
- 1 limone, 1 spicchio d'aglio
- erbe aromatiche (salvia, timo, rosmarino, alloro)
- olio extravergine di oliva

Preparazione:

Eviscerare e sciacquare il branzino. Tritare le erbe aromatiche e l'aglio, grattugiare la scorza di limone e mescolare il tutto in una ciotola. Riempire la pancia del branzino con un po' di questo composto. Prendere una teglia, foderarla con la carta forno e formare un letto di sale alto circa 1 centimetro e mezzo. Adagiare il

branzino sul letto. Montare a neve i tre albumi, versarli nella ciotola delle erbe aromatiche e aggiungere sale fino e sale grosso. Il composto per ricoprire il pesce è pronto. Infornare a 200° per 40 minuti. Estrarre il branzino dal forno, farlo riposare 5 minuti e poi rompere la crosta. Togliere la testa, aprire il pesce a metà, estrarre la lisca centrale e servire con l'olio.

