

Come pulire i pesci piatti

I pesci piatti sono definiti tali per via delle caratteristiche comuni che li contraddistinguono: oltre a essere molto sottili, da adulti, presentano entrambi gli occhi su un fianco e poggiano sul fondale marino con l'altro. I pesci piatti comprendono per esempio, la **sogliola**, la **platessa**, la **passera** e l'**halibut**. Quando i pesci piatti vengono cucinati interi, la pelle della parte inferiore, quella chiara, viene squamata, ma lasciata attaccata. Per quanto riguarda la pelle della parte superiore, quella scura, c'è chi preferisce non toglierla (specialmente se il pesce viene cucinato alla griglia) e chi, invece, preferisce eliminarla. Nel caso della sogliola, in genere, la pelle scura viene sempre eliminata e, grazie alle carni sode del pesce, questa operazione risulta essere abbastanza semplice: può essere infatti strappata tutta in una volta.

Ecco come procedere per pulire e spellare una sogliola:

1) Per prima cosa bisogna eliminare le pinne del pesce, quindi, con l'aiuto di una forbice, eliminate quella della coda. Sempre con l'aiuto della forbice, cominciate a tagliare le pinne del dorso. Passate poi, allo stesso modo, ad eliminare le pinne del ventre.



2) Tagliate a questo punto le pinne laterali, quelle vicino alla testa. Una volta eliminate tutte le pinne la sogliola si presenterà in questo modo. Con l'aiuto di un coltello ben affilato, fate un piccolo e poco profondo taglio proprio sopra la coda.



3) Aiutandovi con un panno da cucina, per evitare che vi scivoli via, afferrate saldamente con una mano la coda e con l'altra mano, partendo dal punto in cui avete fatto il taglio, strappate via la pelle della sogliola in un solo colpo, tirando nella direzione della testa. Ecco come si presenterà la sogliola senza la pelle.

4) Per eliminare le interiora del pesce piatto, praticate un taglio non molto profondo sul ventre, a partire dalla testa. Non affondate troppo la lama del coltello per evitare di intaccare le interiora e romperle.



5) Servendovi di un coltello, squamate la pelle della parte inferiore del pesce (quella chiara). Sciacquate bene il pesce piatto sotto l'acqua corrente, poi asciugatelo tamponandolo con carta da cucina.