

## Fumetto di pesce



Il fumetto è un brodo ristretto che può essere realizzato con gli scarti del pesce: teste, lisce, ritagli, tranne ovviamente le interiora, dal sapore più deciso. I pesci migliori per preparare il fumetto di pesce sono la sogliola, il nasello, il rombo, l'orata o comunque tutti quei pesci dalle carni non troppo grasse e dal sapore delicato. Raramente vengono utilizzati anche il salmone o il persico, dalle carni mediamente grasse, mentre solitamente si evita di utilizzare l'aringa o lo sgombrò, decisamente troppo grassi e dal sapore troppo marcato. Il fumetto di pesce è indispensabile se volete preparare dei piatti saporiti e gustosi.

### Per 500 ml di fumetto

Acqua 1 litro

Pesce di mare 500 gr di scarti (lisce, teste, ritagli di pesce)

Cipolle 70 gr Porri 70 gr

Burro 50 gr Vino bianco 50 ml

Prezzemolo tritato 10 gr

Aglione 1 spicchio Sale q.b.

Pepe nero in grani 5 gr

### Preparazione

Per preparare il fumetto di pesce, per prima cosa sfilettate il pesce e tenete da parte gli scarti del pesce: testa, lisca centrale e le pinne. Lavate bene il tutto eliminando l'eventuale sangue rimasto sulla carne. Prendete un porro eliminate l'estremità e le foglie verdi, eliminate le foglie più verdi e tagliatelo a rondelle (2), quindi mondate e sbucciate una cipolla e tagliatela in quarti (3).



Fate sciogliere il burro in un tegame (4) poi aggiungete il porro (5), la cipolla e l'aglio (6) e lasciate appassire per 5 minuti.



Aggiungete il pesce (7) e lasciate rosolare per un paio di minuti in questo modo il fondo si insaporirà, in questa fase mescolate continuamente per fare in modo che il pesce non si attacchi alla pentola. Sfumate col vino bianco (8) e una volta evaporato l'alcol aggiungete l'acqua a filo in modo da ricoprire gli scarti del pesce (9)



unite il pepe in grani (10) e il prezzemolo in foglie (11), se vi piace, insieme al prezzemolo potete utilizzare anche del timo, aggiungete in questo momento anche un pizzico di sale e lasciate sobbollire il tutto per 60 minuti a fuoco basso (12),





*schiumando di tanto in tanto con l'ausilio di una schiumarola (13). Ricordatevi di sciacquare in acqua pulita la schiumarola ogni volta che schiumate il brodo (14). Una volta ultimata la cottura, filtrate il brodo utilizzando un colino a maglie strette (15) in modo da eliminare gli scarti di pesce serviti per insaporire il fumetto.*



*Se non utilizzate subito il fumetto, lasciatelo raffreddare completamente (16) e se volete conservarlo trasferite lo con un mestolo in un contenitore chiuso ermeticamente in frigorifero (17-18).*

### **Conservazione**

*Il fumetto si conserva per un paio di giorni in frigorifero all'interno di un contenitore chiuso ermeticamente. Se volete potete anche congelare il fumetto, un'idea utile è quella di versare il fumetto nelle vaschette o nei sacchetti per fare il ghiaccio e lasciarlo congelare così, in questo modo ne avrete sempre a disposizione una piccola quantità per insaporire i vostri piatti!*

### **Consiglio**

*Se volete potete insaporire il fumetto aggiungendo al brodo un paio di pomodorini, se volete potete aggiungere anche altri aromi come ad esempio dei chiodi di garofano oppure una foglia di alloro*