

Pesce Spada in Crosta di Capperi con Caramelle di Cipolle Bianche

Ingredienti per 4 persone:

- Pesce Spada 600 gr
- Capperi Sottaceto 50 gr
- Cipolle Bianche Grosse 600 gr

- Pan grattato 30 gr
- Aceto Di Vino Bianco 1 cucchiaino
- Origano qb
- Sale, Pepe qb
- Olio Extravergine d'Oliva 2 cucchiai



Prendete le cipolle (Per ogni commensale 1 cipolla grossa o 2 piccole) e avvolgetele in carta forno facendo come delle grosse caramelle.

Mettetele sulla teglia del forno a microonde e cuocete con l'apposita funzione (Crisp o combinata) per circa 15 minuti: le cipolle dovranno risultare tenere al tatto.

Nel frattempo, prendete i capperi, scolateli e metteteli in un piccolo mixer assieme al cucchiaino di aceto, all'origano, al sale, al pepe e frullate in modo da ottenere una salsa verde abbastanza densa. Mettete in un piatto il pangrattato, spalmate le fette di pesce spada con la crema di capperi da entrambi i lati e fatevi aderire, picchiando con le dita, il pane.

Una volta che le cipolle siano pronte, mettetele da parte e ungete la stessa teglia con un filo d'olio. Adagiatevi le fette di spada e cuocete per 3 minuti, sempre con la funzione crisp inserita.

Girate le fette, ungetele con un filo d'olio e date altri 3 minuti. Mentre il pesce spada cuoce aprite le caramelle, togliete la pelle delle cipolle e mettetele nel piatto, intere o affettate. Aggiungete le fette di pesce spada, salate la cipolla e guarnite con origano, rapanelli e/o pomodorini. Potete anche lasciare intatte le caramelle e lasciare che ognuno apra la sua nel proprio piatto.

Il capperi sottaceto e l'aceto di vino bianco servono a sgrassare il pesce spada ed a togliergli eventuali sapori forti, che talora può avere. Del resto una delle cotture tradizionali siciliane è *alla griglia col salmoriglio*, una miscela proprio di origano, aceto e olio. La cipolla si accompagna benissimo al pesce spada e, cotta in questa maniera, è dolcissima e molto saporita. Se vi piacciono di più le cipolle dorate, non fatevi problemi, (io preferisco le bianche).

