

Ricetta rosa di spigola con vellutata di zucchine

Preparazione

1. Sfilettare le spigole come riportato nel video e con una pinzetta asportare le spine residue.

In alternativa prendere 4 filetti di spigola

2. Prendere uno stampino cookie ed oliarlo

3. condire il filetto con sale, pepe, un pizzico di rosmarino tritato e dell'olio EVO

4. Adagiare la fettina di speck sul filetto ed arrotolarlo

5. Inserire la "rosa" ottenuta nel cookie e mettere in forno per 10 minuti a 180°

6. Intanto tagliare la cipolla e la zuccina grossolanamente

7. Imbiondire la cipolla e saltare a fuoco vivo la zuccina per circa 10 minuti aggiustando di sale

8. Frullare il tutto con un minipimer aggiungendo la panna

9. Sfornate il pesce e servire con la vellutata di zucchine

Consigli & curiosità

La rosa di spigola è un piatto molto semplice che si prepara in pochi minuti. Può essere un secondo piatto delizioso che sicuramente stupirà i vostri ospiti.

La si può accompagnare con del [Vermentino di Gallura Superiore Docg](#)