



Carpaccio di lavarello su crema di piselli e fiocchi di ricotta

Il Carpaccio di lavarello su crema di piselli, fiocchi di ricotta e nocciole tostate è un'esplosione di freschezza per dare il benvenuto alla primavera. Una ricetta originale per pasti leggeri ma senza rinunciare al gusto.

Il **lavarello** è un **pesce del Lago di Como** appartenente alla famiglia dei Salmonidi. Ha un corpo fusiforme e allungato e un colore argenteo. La sua **carne bianca è molto magra**, ha una **consistenza leggera** ed è facilmente digeribile. La quasi totale mancanza di lisce, lo rende particolarmente adatto anche ai più piccoli.



Carpaccio di lavarello su crema di piselli (Foto © Isabella Seveso).

Ricetta Carpaccio di lavarello su crema di piselli e fiocchi di ricotta

Difficoltà: Media

Costo: Medio

Tempo totale di preparazione: 40/45 minuti circa

: Lugana – “Ca’ dei Frati”

Ingredienti per 4 persone

- 2 lavarelli
- 2 lime
- 100 ml olio extravergine d’oliva
- 1 cucchiaino di pepe rosa in grani
- 360 grammi di piselli
- 2 mazzetti di menta fresca
- 100 grammi di ricottina fresca di capra

- latte q.b.
- tabasco q.b.
- sale q.b.
- pepe nero q.b.
- sale rosa dell'Himalaya q.b.
- 12 nocciole intere pelate.

Procedimento

Pulire e sfilettare il lavarello, ottenendo quattro filetti. Dividere ciascun filetto in tre parti e battere i tranci tra due fogli di carta forno, in modo da ottenere un carpaccio sottile. Disporre il carpaccio su un vassoio e marinare il tutto con un'emulsione di succo di lime, olio extra vergine d'oliva, grani di pepe rosa e un pizzico di sale.

Far riposare in frigo fino al momento dell'impiattamento.

Procedimento per la crema di piselli

Selezionare una decina di foglie dai mazzetti di menta e metterle da parte. Sbollentare i piselli per 5/6 minuti in acqua con il restante dei mazzetti di menta. Scolare e raffreddare i piselli in acqua e ghiaccio, poi frullarli con le foglie di menta tenute da parte, un cucchiaio d'olio e un pizzico di sale. Passare la crema ottenuta in un colino per ottenere una vellutata lucida.

Procedimento per i fiocchi di ricotta

In una ciotola lavorare con una frusta la ricotta, il latte, qualche goccia di tabasco e un pizzico di sale e pepe, fino ad ottenere un composto omogeneo, leggermente montato.

Impiattamento

Stendere la crema di piselli con un cucchiaio, adagiarvi sopra il carpaccio marinato creando delle piccole roselline. Con l'aiuto di una sac à poche, farcire le roselline di lavarello con la mousse di ricotta. Decorare, infine, ciascuno fiocco di ricotta con una nocciola precedentemente tostata. Cospargere il tutto con un pizzico di sale dell'Himalaya ed un filo d'olio extravergine d'oliva.

© Articolo di Isabella Seveso

Data di creazione

29/03/2017

Autore

redazione