17 Οκτωβρίου 2015

Ψάρι ψητό με σάλτσα ωμής ντομάτας

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Συνταγή ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ ΠΕΣΚΙΑΣ
Φωτογραφίες ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

Ιδανικό για επίσημο κάλεσμα, θα εντυπωσιάσει με τη φινετσάτη νοστιμιά του. Κι εμείς δεν θα έχουμε κάνει πάνω από 30 λεπτά για να το φτιάξουμε.

Υλικά

6 μεγάλες φέτες (ή φιλέτα) ψαριού της αρεσκείας μας, φρέσκα ή κτψ

ελαιόλαδο (για το άλειμμα)

αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Για τη σάλτσα ντομάτας

2 μεγάλες ώριμες ντομάτες, χοντροκομμένες

1/2 μικρή σκελίδα σκόρδου (αν θέλουμε)

5 – 6 φύλλα πλατύφυλλου βασιλικού ή 15 φυλλαράκια «κανονικού» βασιλικού (ή 1/2 κουτ. γλυκού ξερός δυόσμος)

100 ml ελαιόλαδο

αλάτι, πιπέρι

Μερίδες 6

Προετοιμασία 20΄ Ψήσιμο 10΄

ΔιαδικασίαΣάλτσα ντομάτας: Σε ένα μούλτι πολτοποιούμε τις ντομάτες με το σκόρδο, το βασιλικό, αλάτι και πιπέρι. Σουρώνουμε τον πολτό σε ψιλό συρμάτινο σουρωτήρι, για να απομακρύνουμε σπόρια, φλούδες και φυλλαράκια. Προσθέτουμε το λάδι και ανακατεύουμε με ένα κουτάλι για να αναμειχθούν κάπως τα υλικά, χωρίς να ομογενοποιηθούν. Κρατάμε τη σάλτσα κατά μέρος.

Ψάρι

Προθερμαίνουμε το γκριλ του φούρνου. Λαδώνουμε τη σχάρα του φούρνου και την τοποθετούμε στην ψηλότερη θέση, ακριβώς κάτω από το γκριλ. Σε χαμηλότερη θέση βάζουμε ένα ταψί με λίγο νερό, ώστε να στάζουν εκεί τα υγρά και να μη λερώσουν το φούρνο. Λαδώνουμε και αλατοπιπερώνουμε τις φέτες ψαριού, τις βάζουμε στη σχάρα και ψήνουμε για περίπου 3 – 4 λεπτά από κάθε πλευρά ή μέχρι να ψηθούν. Σερβίρουμε τις φέτες ψαριού και περιχύνουμε με όση σάλτσα ντομάτας θέλουμε. Συνοδεύουμε με βλίτα ή άλλα βραστά χορταρικά της εποχής.

Στα ποτήρια μας Μια Σαντορίνη ευγενικά βαρελάτη.

Πηγή: .gastronomos.gr