

CERNIA IN UMIDO



Ingredienti **per 4 persone:**

1 cernia di 1,5 kg
1kg di pomodori maturi
3 spicchi d'aglio
Un ciuffo di basilico
1,5dl di olio extravergine di oliva
2dl di vino bianco secco
Un pezzetto di peperoncino
1 foglia di alloro
Un pezzo i gambo di finocchio selvatico
Un pizzico di origano
sale



Preparazione:

Lavare e tagliare a pezzi i pomodori; farli cuocere a fuoco medio per 20 minuti con 1 spicchio d'aglio e quasi tutto il basilico; eliminare l'aglio e passare la salsa al passaverdure.

Pulire la cernia, eliminando le viscere e squamandola, quindi praticarle qualche incisione sui fianchi.

Versare 1dl di olio in una teglia abbastanza larga, cospargervi 1 cucchiaino di sale grosso e farvi rosolare leggermente la cernia; aggiungere il vino e, quando questo è sfumato, unire la salsa di pomodoro e tutti gli odori, comprese le foglie di basilico rimaste; aggiungere anche l'olio rimasto e far cuocere a fuoco basso per circa 30 minuti.

La cernia può esser cotta anche in forno, a una temperatura di 160°C; in questo caso assicurarsi che il sugo non si asciughi troppo, aggiungendo, se necessario, qualche cucchiaino d'acqua. Ogni tanto bagnare la parte superiore del pesce con il fondo di cottura. Poco prima del termine della cottura assaggiare il sugo e aggiustare di sale.

Togliere il pesce dalla teglia e tenerlo in caldo; se necessario far restringere il sugo a fuoco vivo, metterne da parte una piccola quantità con cui condire il pesce e con la rimanente condire gli spaghetti cotti al dente.