

## Salmone zafferano e pistacchi di Bronte

**IN QUESTO VENERDÌ SPECIALE, NON VI LASCIO COLOMBE, BISCOTTI, CIOCCOLATA O PIZZE AL FORMAGGIO MA UN PIATTO SEMPLICE, GUSTOSO E COLORATO.**

### **Il Venerdì Santo si mangia di magro.**

L'appuntamento quindicinale con la cucina dell'Extravergine è caduto in questo venerdì speciale, in cui si aspetta la festa con un senso di sospensione e mistero.

In moltissimi paesi della nostra penisola, si ricorda la Passione di Cristo con processioni, ceri e Stazioni della Via Crucis.

Non vi lascio colombe, biscotti, cioccolata o pizze al formaggio ma un piatto molto leggero e rispettoso della tradizione che prevede di non mangiare carne in questa giornata. Nulla di complicato, anzi, estremamente semplice ma gustoso e colorato. Serve qualcosa di essenziale e non troppo impegnativa per consentire all'olio Siciliano che abbiamo avuto il grande privilegio di provare questa settimana, di esprimere tutte le sue meravigliose sfumature.

La Sicilia è terra di grandi oli e come più volte ho ripetuto nei miei precedenti post, gli oli siciliani sono probabilmente in cima alla mia personale classifica di gradimento.

L'olio di Sicilia si ottiene da olive raccolte anticipatamente, quando ancora l'invaiaura è appena iniziata. La maggior parte delle volte le olive sono ancora verdi e la correttezza del prodotto finale è davvero ammirevole.

Per creare una sorta di contrasto culturale, ho pensato di utilizzare [l'Olio Extravergine Centonze](#), ottenuto da olive di Nocellara del Belice, su un filetto di salmone. Un pesce nordico, grasso, dalla polpa dolce e piuttosto versatile.

### **Perché non vestirlo dei sapori del nostro sud, cuocendolo tra gli aromi di zafferano e giocare con le croccantezze degli inimitabili pistacchi di Bronte?**

Ho voluto accompagnare il pesce con delle verdure basiche, cotte al vapore, zucca gialla e zucchinette novelle, vestite con della maionese all'arancia ottenuta proprio con Olio Centonze, che ho utilizzato anche per cuocere il salmone.

Potete preparare tutto in pochissimo tempo ma il vostro piatto sarà pieno di sapore.

### **Ingredienti per 4 persone**

4 tranci di filetto di salmone di 800 gr [c.ca](#)

30 gr di pistacchi di Bronte al naturale, sgusciati e spellati

una bustina di zafferano

un bicchiere di vino bianco

Olio Extra vergine Centonze

8 piccole zucchine novelle

400 gr di zucca gialla

sale - pepe

### **Per la maionese all'arancia**

1 tuorlo medio

3 cucchiaini di succo d'arancia spremuto fresco

250 ml di olio extravergine Centonze

sale



**Preparate la maionese nella maniera classica.**

Mettete il tuorlo con il succo d'arancio ed il sale in una ciotola profonda e con una frusta a mano mescolate bene il tutto. Cominciate quindi a versare goccia a goccia l'olio ed emulsionate con la frusta, per poi continuare a versare a filo senza interrompere la sbattitura, fino a che tutto l'olio non sia stato incorporato e la maionese abbia acquisito consistenza. Io ho fatto tutto con la frusta elettrica in un bicchiere alto che mi ha consentito di lavorare con agilità potendo avere una mano libera per versare l'olio.

Una volta pronta fatela riposare in frigorifero.

Lavate i filetti di salmone ed eliminate con una pinzetta eventuali lische.

Versate 3 cucchiaini d'olio in una padella antiaderente quindi fateli scaldare e sistemate i filetti sul lato della polpa facendoli rosolare per uno o due minuti a fiamma vivace.

Sciogliete la bustina di zafferano nel bicchiere di vino ed irrorate il salmone alzando la fiamma quindi fate sfumare il vino, abbassate la fiamma e girateli sul lato della pelle, salando e pepando. Coprite con un coperchio e fate cuocere per almeno 5 minuti.

Nel frattempo avrete pulito le zucchinette ed ottenuto delle palline dalla zucca con uno scavino da frutta, e messo a cuocere al vapore per 6/7 minuti.

Una volta a cottura, tenete al caldo.

Tritate grossolanamente i pistacchi.

Impiattate il salmone, cospargete con i pistacchi ed un filo d'olio, aggiungete le verdure con la maionese e servite ben caldo.

Leggi il post su [Andante con Gusto](#)