

Ricetta a cura di Franco De Luca

Filetto di spatola

Ricetta siciliana (Messina)



Dopo averla pulita (delle interiora, branchie ed eliminando la testa e la coda),
tagliare la spatola a trance



Fase1

Con un coltello molto affilato incidere il pesce dal dorso, partendo da circa ½ cm dalle spine dorsali

Fase 2



Continuare questa operazione, mantenendo il coltello ben aderente alla lisca, fino al ventre del pesce (a $\frac{1}{2}$ cm circa dalle spine ventrali)

Fase 3



Lavare i filetti, asciugarli con carta assorbente e deporli in un contenitore

Fase 4



E' possibile utilizzare la resca per preparare un fumetto



Fase 5

Impanare i filetti con farina oppure a cotoletta (con uovo e pangrattato)



Fase 6

Friggere in olio molto caldo

Fase 7



Servire calde

Fase 8



La spatola o pesce bandiera o pesce sciabola e molto comune nella zona della Sicilia aderente allo stretto di Messina, ove vive a grandi profondità



Ingredienti per i filetti di spatola

- **1 spatola di circa 1 kg**
- **Farina q.b.**
- **Olio per friggere**