

# Contest 2018

NORWEGIAN  
SEAFOOD  
COUNCIL

SEAFOOD  
FROM  
NORWAY



EURO FISHMARKET  
UNA RISPOSTA AL SETTORE ITTICO • AN ANSWER TO THE FISH SECTOR



[“Le migliori ricette a base di Stoccafisso  
Norvegese”]

*Una raccolta di 30 ricette a base di stoccafisso norvegese preparate e consigliate dal Movimento Italiano Casalinghe*



**INDICE**

<b>PICCOLI ANTIPASTI di STOCCAFISSO</b> <i>Signora Cina Cirio Foglia, EMILIA ROMAGNA</i>	<b>Pag. 3</b>
<b>STOCCAFISSO E PEPERONI</b> <i>Signora Lucia Rega, CAMPANIA</i>	<b>Pag. 3</b>
<b>STOCCAFISSO, OLIVE, CAPPERI E POMODORO</b> <i>Signora Nadia Ambrogetti Orioli, TOSCANA</i>	<b>Pag. 4</b>
<b>STOCCAFISSO LESSO IN INSALATA</b> <i>Signora Fruchi Paola, TOSCANA</i>	<b>Pag. 5</b>
<b>STOCCAFISSO...semplice semplice</b> <i>Signora Simondetti Pinuccia, TOSCANA</i>	<b>Pag. 5</b>
<b>ZUPPA DI STOCCAFISSO E CAVOLFIORI</b> <i>Signora Teresa Aiello, LOMBARDIA</i>	<b>Pag. 6</b>
<b>FRITTATA DI STOCCAFISSO</b> <i>Signora Margherita Arbore, PUGLIA</i>	<b>Pag. 6</b>
<b>TORTA SALATA DI STOCCAFISSO</b> <i>Signora Antonietta Angiolini, LIGURIA</i>	<b>Pag. 7</b>
<b>STOCCAFISSO CON PATATE E OLIVE</b> <i>Signora Giusy Pino, CALABRIA</i>	<b>Pag. 7</b>
<b>TORTA DI STOCCAFISSO E PATATE</b> <i>Signora Anna Longo, CALABRIA</i>	<b>Pag. 8</b>
<b>STOCCAFISSO A FORNO CON PATATE</b> <i>Signora Francesca Campo, SICILIA</i>	<b>Pag. 9</b>
<b>STOCCAFISSO IN TEGAME CON CAPPERI</b> <i>Signora Maria Cristina Giacalone, SICILIA</i>	<b>Pag. 9</b>
<b>LINGUINE CON STOCCAFISSO AL LIMONE</b> <i>Signora Luciana Amoroso, CAMPANIA</i>	<b>Pag. 10</b>
<b>BUCATINI CON LO STOCCAFISSO</b> <i>Signora Annalisa Ciompi, ABRUZZO</i>	<b>Pag. 10</b>
<b>STOCCAFISSO E FUNGHI</b> <i>Signora Longo Regina, TRENTO</i>	<b>Pag. 11</b>
<b>STOCCAFISSO DOLCE E FORTE</b> <i>Signora Maria Gioconda De Biase Ceccarelli, TOSCANA</i>	<b>Pag. 12</b>
<b>STOCCAFISSO AL VERDE PIEMONTESE</b> <i>Signora Elisa Di Costanzo, MARCHE</i>	<b>Pag. 12</b>
<b>STOCCAFISSO ALLA POVERELLA</b> <i>Signora Adelaide Matarrese, MARCHE</i>	<b>Pag. 13</b>
<b>STOCCAFISSO ALL'ANCONITANA</b> <i>Signora Antonietta Masturzo, MARCHE</i>	<b>Pag. 13</b>
<b>STOCCAFISSO ALLA MIA MANIERA</b> <i>Signora Giuliana Volz, MARCHE</i>	<b>Pag. 14</b>
<b>STOCCAFISSO DI NONNA LISA</b> <i>Signora Maria Teresa Mangialardo, MARCHE</i>	<b>Pag. 15</b>
<b>RAVIOLI DI STOCCAFISSO</b> <i>Signora Interino Tina, BASILICATA</i>	<b>Pag. 15</b>
<b>STOCCAFISSO ALLA LUCANA</b> <i>Signora Incoronata Laquale, BASILICATA</i>	<b>Pag. 16</b>
<b>FILETTO DI STOCCAFISSO SU SALSA ALLA NDUJA CON CIME DI RAPA , CIALDA DI POLENTINA DI CECI E PELLE CROCCANTE</b> <i>Signora Augusta Amolini, LOMBARDIA</i>	<b>Pag. 17</b>
<b>RICETTA STOCCAFISSO IN INSALATA</b> <i>Signora Simondetti Giuseppina, TOSCANA</i>	<b>Pag. 17</b>
<b>BACCALÀ ALLA VICENTINA</b> <i>Signora Giovanna Franchin, VENETO</i>	<b>Pag. 18</b>
<b>PACCHERI, STOCCAFISSO E FRIARIELLI</b> <i>Signora Caporale Rosa, CAMPANIA</i>	<b>Pag. 19</b>
<b>PACCHERI E STOCCAFISSO ALLA TONY</b> <i>Signora Antonia Rizzo, LAZIO</i>	<b>Pag. 19</b>
<b>STOCCAFISSO IN FIORI DI ZUCCA</b> <i>Signora Teresa De Ciancio, BASILICATA</i>	<b>Pag. 20</b>
<b>STOCCAFISSO CON PEPERONI CRUSCHI DI SENISE</b> <i>Signora Maria Pia Quinto, BASILICATA</i>	<b>Pag. 20</b>

**PICCOLI ANTIPASTI di STOCCAFISSO**  
(Signora Cina Cirio Foglia, EMILIA ROMAGNA)



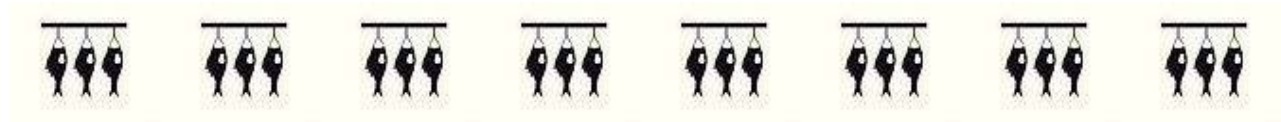
**Ingredienti** per 4 persone

- Cracker: 120 g
- Burro: 50 g
- Formaggio morbido: 100 g
- Stoccafisso: 100 g
- Latte: 20 ml
- Gelatina: n.2 fogli
- Aneto e scorza di limone: quanto basta
- Pirottini di carta in una teglia per muffin



**Procedura**

Mettere a cuocere lo stoccafisso in acqua bollente. Immergere la gelatina in un contenitore con acqua fredda e tenerla in ammollo per qualche minuto. Dopo di che strizziamo la gelatina e la inseriamo nel latte precedentemente riscaldato. Tritare i cracker, mescolare l'impasto ottenuto con il burro fuso e mettere il composto in 12 pirottini di carta. Dopo di che inserire gli stessi in una teglia e conservare in frigo per circa 15 minuti. Dopo aver lessato lo stoccafisso in acqua poco salata, aggiungere l'aneto e la scorza di limone tritati. Aggiungere il formaggio spalmabile e formare una crema con la gelatina mescolando delicatamente. Distribuire il composto nei pirottini e conservare in frigo per circa 5 ore.



**STOCCAFISSO E PEPERONI**  
(Signora Lucia Rega, CAMPANIA)



**Ingredienti** per 4 persone

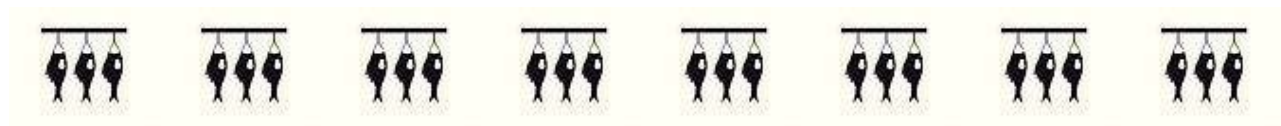
- Peperoni tondi: n.4
- Stoccafisso bagnato: 1 Kg
- Pane raffermo: una grossa mollica
- Capperi: 100 g
- Alici sott'olio: 100 g
- Pomodori pelati: 1 kg
- Aglio, prezzemolo, origano, olio d'oliva e sale: quanto basta



## Procedura

Pulire i peperoni eliminando gli steli ed i semi. Spinare il pezzo di Stoccafisso ma lasciandolo tutto intero. In una zuppiera capiente, sbriciolare la mollica di pane bagnata e strizzata, aggiungere aglio, il prezzemolo tritato e l'origano, i capperi e le alici sminuzzate e al tutto aggiungiamo circa mezzo bicchiere di olio. Impastare tutto per bene e passare a riempire i peperoni con il composto ricavato. Ricordarsi di conservarne una piccola quantità da spalmare in seguito sullo stoccafisso. Avvolgere quest'ultimo come se fosse una braciola di carne e legarlo con lo spago bianco ad uso alimentare in una padella capiente.

Mettere a riscaldare un bicchiere di olio in una padella e rosolare lentamente i peperoni precedentemente preparati girandoli almeno una volta nell'olio. Preparati i peperoni, nella stessa padella rosolare bene interamente lo stoccafisso arrotolato. Cuocere i pomodori pelati con un pizzico di sale per circa un quarto d'ora. Terminata la cottura dei pomodori, versiamo nel sugo ricavato sia i peperoni che lo stoccafisso arrotolato e copriamo la padella cuocendo a fiamma lenta per circa mezz'ora. Quando è cotto, estrarre lo stoccafisso e i peperoni dalla padella e far raffreddare. Dopo di che passiamo ad affettare lo stoccafisso e a sistemarlo in un piatto di portata contornato dai peperoni. La salsa ricavata è un ottimo condimento anche per gli spaghetti.



## STOCCAFISSO, OLIVE, CAPPERI E POMODORO

(Signora Nadia Ambrogetti Orioli, TOSCANA)



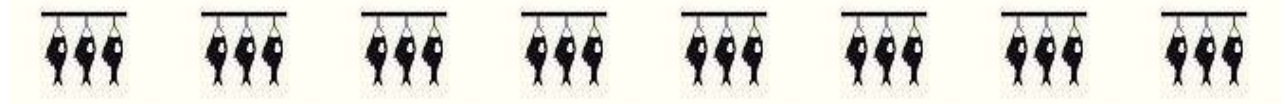
## Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso già ammollato: 700 g
- Olio Extra Vergine: ½ bicchiere
- Pomodorini tipo datterino oppure ciliegina: n.8/10
- Pomodori pelati: 250 g
- Aglio: n.1 spicchio
- Peperoncino: n.1
- Prezzemolo: una manciata
- Capperi dissalati : un pugno
- Olive nere: 10/15 denocciolate



## Procedura

Tagliare lo stoccafisso a pezzi piccoli e infarinarlo leggermente, farlo soffriggere con aglio, olio e peperoncino, avendo cura di rigirarlo più volte bene nell'olio per mettere una buona cottura omogenea. Togliere dal tegame lo stoccafisso e metterlo da parte. Far rosolare i pomodorini tagliati a pezzetti, i capperi, i pelati sempre a pezzetti insieme ad un po' di prezzemolo, salare e far cuocere per circa 15 minuti. Al termine aggiungere le olive nere, lo stoccafisso precedentemente soffritto e farlo leggermente bollire nella salsa di pomodoro perché si insaporisca bene.



## STOCCAFISSO LESSO IN INSALATA

(Signora Fruchi Paola, TOSCANA)



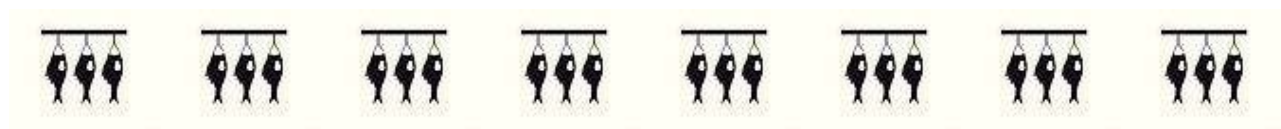
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso già ammollato: 700 g
- Olio extravergine d'oliva: ½ bicchiere
- Peperoncino: n.1
- Prezzemolo: una manciata
- Capperi dissalati: un pugno
- Olive nere o anche Verdi: circa n.15
- Acqua: n.2 bicchieri



### Procedura

Mettere lo stoccafisso in una pentola capiente con 2 bicchieri di acqua fredda e portarlo lentamente ad ebollizione: appena inizia il primo bollore, spegnere e lasciare riposare per circa 15 minuti. Oliare, aggiungere peperoncino, olive nere o anche verdi, prezzemolo e capperi. Il piatto è pronto!



## STOCCAFISSO...semplice semplice

(Signora Simondetti Pinuccia, TOSCANA)



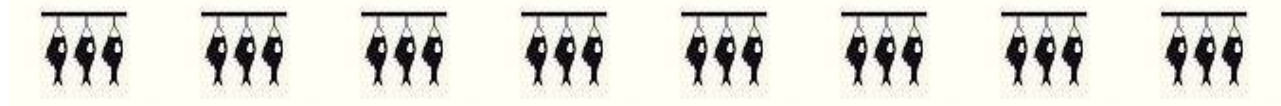
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso già ammollato: 700 g
- Aglio: n.1 spicchio
- Olio Extravergine di olive: ½ bicchiere
- Peperoncino: n.1
- Prezzemolo: quanto basta
- Capperi: quanto basta.
- Pomodorini: 500 g



### Procedura

Mettere lo stoccafisso precedentemente ammollato in una pentola capiente con acqua fredda e portarlo lentamente ad ebollizione: appena inizia il primo bollore, spegnere e lasciare riposare per circa 15 minuti. Tagliare lo stoccafisso a piccoli pezzettini, ed unire lo stesso ad un sughetto preparato con aglio, olio, pomodori e peperoncino, facendo cuocere il tutto per circa 10 minuti. Mettere in un'altra pentola a cuocere la pasta tipo farfalle portare a cottura ed unire la stessa in padella con il sugo precedentemente preparato. Completare con una spolverata di prezzemolo.



## ZUPPA DI STOCCAFISSO E CAVOLFIORI

(Signora Teresa Aiello, LOMBARDIA)



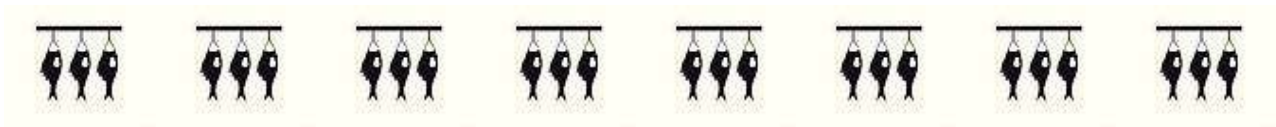
### Ingredienti per 4 persone

- Cavolfiore: n.1
- Stoccafisso ammollato: 1 Kg
- Cipolla: n.1
- Spicchi d'aglio: n.2
- Carota: n.1
- Sedano, prezzemolo, olio e sale: quanto basta
- Pomodorino tipo datterino oppure ciliegino: 1 pugno
- Peperoncino ed uvetta lavata ed ammollata: quanto basta
- Pinoli: n.1 cucchiaino



### Procedura

Preparare un soffritto con olio, cipolla e aglio e aggiungere i pomodorini tritati facendo cuocere per circa 10 minuti. Diluire con mezzo bicchiere di acqua e aggiungere la carota e il sedano spezzettati e portare a bollore. Aggiungere dopo di che lo stoccafisso tagliato a pezzetti e dopo 10 minuti aggiungere le cime di cavolfiore, l'uvetta ed i pinoli. Far bollire il tutto ancora per 20 minuti; salare e servire su crostini di pane fritti e tostati. Cospargere di prezzemolo e con un filo d'olio.



## FRITTATA DI STOCCAFISSO

(Signora Margherita Arbore, PUGLIA)



### Ingredienti per 4 persone

- Uova intere: n.5
- Latte: n.2 cucchiaini
- Stoccafisso già bollito e raffreddato: 250 g
- Prosciutto cotto: 50 g
- Parmigiano: 50 g
- Ricotta: n.2 cucchiaini
- Noce moscata: un pizzico
- Pangrattato: 1/2 cucchiaino



### Procedura

In un contenitore capiente, sbattere le uova, aggiungere due cucchiaini di latte e un pizzico di noce moscata; aggiungere lo stoccafisso tagliato a pezzetti, il prosciutto cotto, il parmigiano, la ricotta e il pangrattato. Mettere il composto in una teglia ed infornare per circa 10 minuti a 200 °C in forno pre-riscaldato. Servire la frittata fredda o calda a piacimento.

## TORTA SALATA di STOCCAFISSO (Signora Antonietta Angiolini, LIGURIA)



### Ingredienti per 4 persone

#### Per la sfoglia:

- Farina: 200 g
- Olio extravergine d'oliva: n.2 cucchiari
- Sale: quanto basta
- Acqua: n.1 bicchiere

#### Per il ripieno:

- Stoccafisso già bollito e raffreddato: 350 g
- Parmigiano: 50 g
- Pangrattato: n.2 cucchiari
- Olio extravergine d'oliva: n.1 cucchiario
- Sale, pepe e prezzemolo: quanto basta

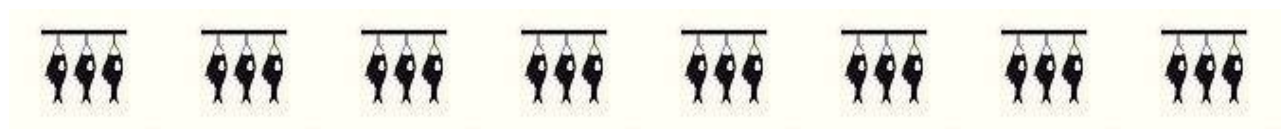


### Procedura

**Per la sfoglia:** creare una fontana con la farina e versarvi al centro i 2 cucchiari di olio e l'acqua; salare ed impastare a mano per circa 5 minuti finché l'impasto risulterà abbastanza consistente. Lasciarlo riposare per circa 10 minuti in un contenitore coprendo lo stesso con un canovaccio. Fatto riposare l'impasto, iniziare a stendere con un mattarello fino a ottenere una sfoglia molto sottile. Riporre la sfoglia in una teglia ricoperta con carta da forno ben oleata.

**Per il ripieno:** prendere lo stoccafisso precedentemente bollito e tagliato a piccoli pezzi e frullare assieme con il parmigiano, il pangrattato, l'olio, sale e pepe.

Dopo di che versare l'intero impasto sopra la sfoglia posta nella teglia e distribuire lo stesso omogeneamente su tutta la sfoglia lasciando però liberi i bordi. Spolverare con pangrattato, ripiegare bene i bordi della sfoglia raccogliendo l'impasto e cuocere in forno pre riscaldato a 200°C per circa 30 minuti.



## STOCCAFISSO CON PATATE E OLIVE (Signora Giusy Pino, CALABRIA)



### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso: 800 g
- Vino bianco secco: n.1 bicchiere
- Olio extravergine di oliva
- Pomodori pelati: 600 g
- Cipolla: n.1
- Aglio: n.2 spicchi
- Patate: 300 g
- Olive verdi: 100 g

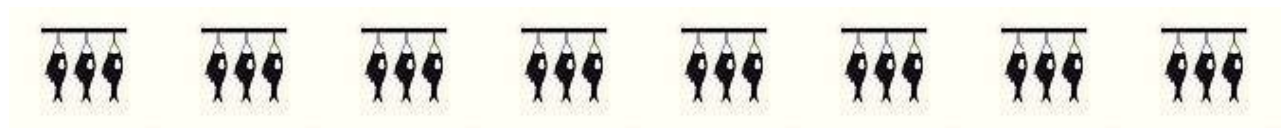


- *Capperi e pinoli: quanto basta*
- *Prezzemolo, origano sale e pepe: quanto basta*



**Procedura**

Spellare, spinare e tagliare a piccoli pezzi lo stoccafisso. In un tegame, far soffriggere con olio la cipolla tritata e l'aglio schiacciato. Aggiungere lo stoccafisso, bagnare con vino facendolo sfumare; aggiungere i pomodori tritati e acqua nella quantità necessaria a ricoprire i pezzi di stoccafisso; salare e pepare. Portare ad ebollizione l'acqua, dopo di che coprire il tegame e far proseguire la cottura nel forno a calore moderato 180°C. Dopo circa un'ora aggiungere le patate precedentemente tagliate a spicchi, le olive snocciolate, i capperi dissalati, i pinoli, il prezzemolo e un po' di origano e mescolare il tutto delicatamente. A completa cottura delle patate sfornare e servire.



**TORTA di STOCCAFISSE E PATATE**  
(*Signora Anna Longo, CALABRIA*)



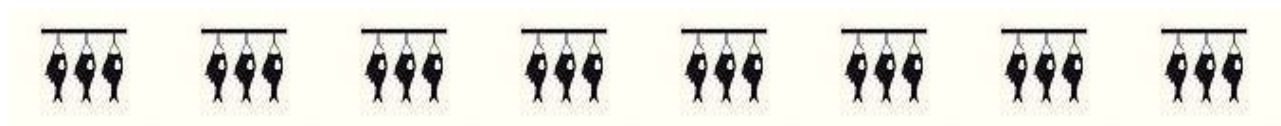
**Ingredienti per 4 persone**

- *Stoccafisso: 700 g*
- *Patate: 700 g*
- *Aglio, origano, peperoncino e sale: quanto basta*
- *Pane grattugiato: 100 g*
- *Olio d'oliva: ½ bicchiere*
- *Limone: quanto basta*



**Procedura**

Lessare lo stoccafisso e quando sarà pronto toglierlo dall'acqua, scolare ed eliminare le lisce e tagliare a pezzi piccoli. Lessare anche le patate e quindi pelare e tagliare le stesse a fette rotonde. In una tortiera ben oleata e cosparsa di pane grattugiato, sistemare uno strato di patate ed uno strato di stoccafisso continuando fino ad esaurimento degli ingredienti. Ogni strato dovrà poi essere cosperso con un po' di origano, un pizzico di peperoncino e mezzo spicchio d'aglio ben tritato. Irrorare poi il tutto con olio d'oliva, spolverizzare con pane grattugiato e mettere in forno pre riscaldato a 170°C lasciando cuocere per circa 45min. Quando la torta di stoccafisso con patate sarà pronta togliere dal forno e servire dopo aver vaporizzato sulla stessa del succo di limone.



## STOCCAFISSO A FORNO CON PATATE

(Signora Francesca Campo, SICILIA)



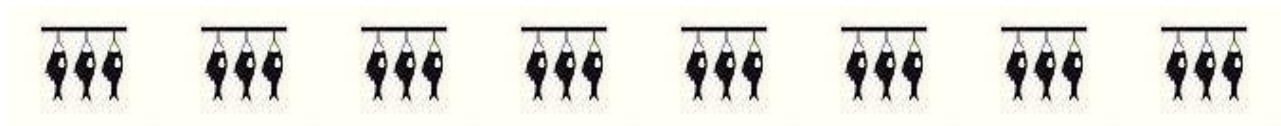
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso ammollato e spellato: 500 g
- Patate pelate e tagliate a fette: 1 Kg
- Uva passa da far ammorbidire in acqua: 100 g
- Pinoli: 40 g
- Sale, pepe, vino bianco secco, olio extravergine di oliva: quanto basta



### Procedura

Versare un sottile strato di olio sul fondo di una teglia, disporre uno strato di patate precedentemente tagliate a fette sottili e salarle leggermente, disporre uno strato di stoccafisso precedentemente tagliato a pezzetti piccoli e distribuire circa metà dell'uva passa e dei pinoli; disporre un secondo strato di patate, salare leggermente e mettere la parte rimanente di pinoli ed uva passa. Spolverare con pepe appena macinato. Versare un filo di vino bianco secco e dell'olio extravergine. Infornare a 200°C in forno pre riscaldato per circa 35 minuti.



## STOCCAFISSO IN TEGAME CON CAPPERI

Signora Francesca Campo, SICILIA



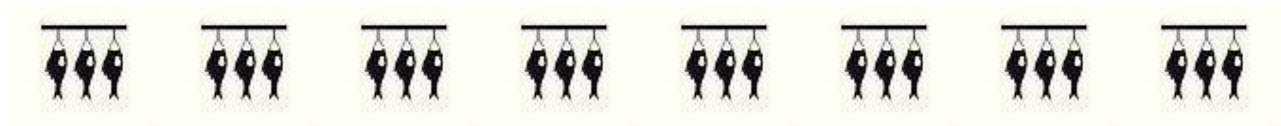
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso ammollato, spellato e tagliato a piccoli tocchetti: 250 g
- Pomodorini spellati e privati dei semi: 300 g
- Capperi dissalati: 50 g
- Cipolla: n.1 ed aglio: n.1.spicchio
- Sale, olio extravergine di oliva: quanto basta



### Procedura

Cospargere il fondo di un tegame di olio, porvi lo stoccafisso a tocchetti e lasciare soffriggere appena su entrambi i lati. Aggiungere la cipolla tagliata a fettine, lo spicchio di aglio tagliato a piccoli pezzettini e lasciare soffriggere ancora insieme; aggiungere i pomodorini anch'essi tagliati a pezzetti ed i capperi dissalati. Aggiungere sale e pepe e completare la cottura.



## LINGUINE CON STOCCAFISSO AL LIMONE

(Signora Luciana Amoroso, CAMPANIA)



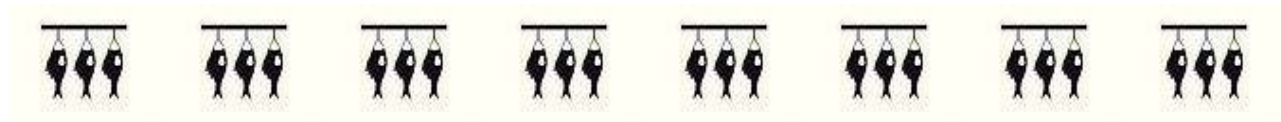
### Ingredienti per 4 persone

- Olio extra vergine: ½ misurino
- Aglio: 1/2 spicchio
- Stoccafisso: 120 g
- Capperi piccoli: n. 10 o 12
- Zucchina: n.1
- Succo di Limone: quanto basta.
- Pasta formato Linguine: 300 g
- Basilico fresco: quanto basta
- Menta fresca: quanto basta
- Pepe e sale: quanto basta



### Procedura

In un tegame basso unire olio, aglio, stoccafisso tagliato a dadini e capperi lavati per togliere il sale in eccesso. Coprire con un coperchio e cuocere a fuoco moderato per 15 minuti. Mescolare con un cucchiaio di legno per far amalgamare bene il composto. Porre intanto sul fornello una pentola con acqua per cuocere le linguine. Grattugiare la zucchina ed inserire nel tegame, eliminare l'aglio, aggiungere un po' di sale ed il pepe macinato. Quando la pasta sarà cotta al dente versarla nel tegame, alzare la fiamma ed aggiungere succo di limone, mescolare e poi porre nei piatti di portata. Aggiungere una spolverata di scorza di limone grattugiata.



## BUCATINI CON LO STOCCAFISSO

(Signora Annalisa Ciompi, ABRUZZO)



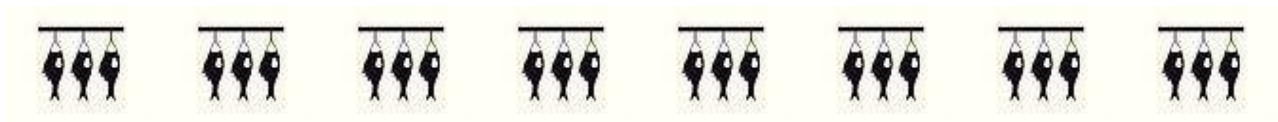
### Ingredienti per 4 persone

- Bucatini: 500 g
- Stoccafisso già ammollato: 700 g
- Finocchietto selvatico: quanto basta
- Cipolle grosse: n.2
- Doppio concentrato di pomodoro: 125 g
- Uva passa: 100 g
- Pinoli: n 1 bustina
- Mollica di pane grattugiato
- Zucchero: n.1 cucchiaino



## Procedura

Pulire i finocchi selvatici, tagliarli e soffriggere in olio a fiamma molto bassa. Pulire bene lo stoccafisso ammollato, tagliarlo a pezzi piccoli e friggerlo. Mettere in una pentola olio, cipolla, aglio e far soffriggere a fuoco lento. Appena il soffritto ha raggiunto la doratura aggiungere il finocchietto e lo stoccafisso precedentemente fritto, e dunque l'uva passa, i pinoli, sale, pepe ed un cucchiaino di zucchero. Far cuocere il tutto a fuoco lento fino a raggiungere la giusta densità. Mettere in padella la mollica di pane grattugiato con uno spicchio di aglio e un po' di sale, fare imbiondire fino a rendere la mollica croccante. Far bollire i bucatini e toglierli quando ancora al dente facendoli saltare col sughetto e lo stoccafisso. Aggiungere l'olio e il pangrattato croccante.



## STOCCAFISSO E FUNGHI

(Signora Longo Regina, TRENTO)



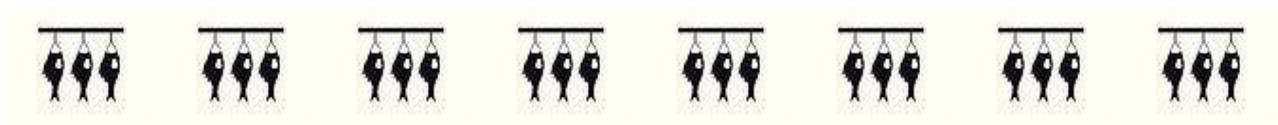
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso già ammollato e tagliato a pezzetti: 800 g
- Funghi porcini: 400 g
- Aglio: n.1 spicchio
- Prezzemolo: quanto basta
- Olio extravergine di oliva: n.3 cucchiaini
- Pepe rosa: n.1 cucchiaino
- Vino bianco secco: n.1 bicchiere
- Farina bianca: n.2 cucchiaini da minestra



### Procedura

Asciugare con carta da cucina i pezzetti di stoccafisso tagliato a pezzetti piccoli facendoli passare nella farina. Pulire per bene e tagliare i funghi a fettine, pulire e schiacciare l'aglio e metterlo a rosolare nell'olio in una padella. Appena rosolato eliminare l'aglio e mettere i pezzetti di stoccafisso infarinati e farli rosolare per 15 minuti girando e rigirando per bene. Aggiungere il vino e far cuocere a fuoco basso per circa 5 minuti fino a fare sfumare tutto il liquido. A questo punto aggiungere i funghi ed il pepe rosa e far cuocere per altri 5 minuti mescolando delicatamente. Aggiungere il prezzemolo tritato grossolanamente e cospargere sullo stoccafisso ed i funghi.



**STOCCAFISSO DOLCE E FORTE (AGRODOLCE)**  
(Signora Maria Gioconda De Biase Ceccarelli, TOSCANA )



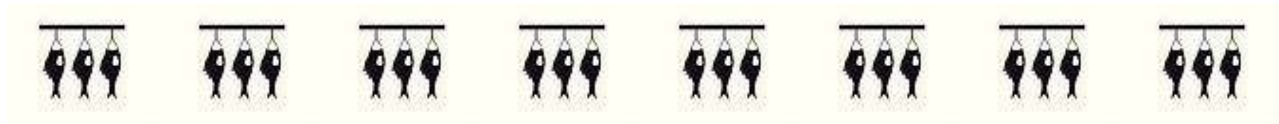
**Ingredienti per 4 persone**

- Stoccafisso pulito e ammollato: 800 g
- Farina: quanto basta
- Olio extra vergine di oliva: quanto basta
- Aceto e rosmarino: quanto basta
- Vino bianco, uva passa, pinoli e zucchero: quanto basta



**Procedura**

Asciugare con carta da cucina i pezzetti di stoccafisso tagliato a pezzetti piccoli facendoli passare nella farina. Mettere lo stoccafisso in un tegame e farlo dorare con un po' di olio d'oliva, uno spicchio d'aglio e un po' di rosmarino. In un altro pentolino, preparare una fàrcia con 3/4 lt di vino bianco e 2 cucchiai di zucchero. Far sciogliere bene lo zucchero con uvetta e pinoli. Rimettere sul fuoco lo stoccafisso e quando è caldo, rovesciare la fàrcia fino a farla ritirare. Servire caldo.



**STOCCAFISSO AL VERDE PIEMONTESE**  
(Signora Elisa Di Costanzo, MARCHE)



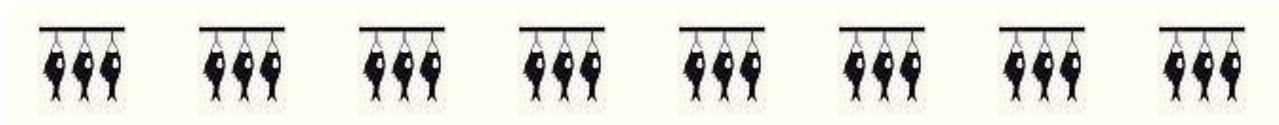
**Ingredienti per 4 persone**

- Stoccafisso ammollato tagliato a pezzi: 1 Kg
- Prezzemolo: n.2 mazzetti
- Aglio: n.1 spicchio
- Farina: quanto basta
- Olio extravergine di oliva: quanto basta
- Vino bianco e acqua: quanto basta



**Procedura**

Preparare un trito di aglio e prezzemolo e soffriggerlo fino a raggiungere la doratura dello stesso. Infarinare i pezzi di stoccafisso e cuocerlo per circa 45 minuti nel soffritto. Aggiungere mezzo bicchiere di vino e all'occorrenza acqua.



## STOCCAFISSO ALLA POVERELLA (Signora Adelaide Matarrese, MARCHE)



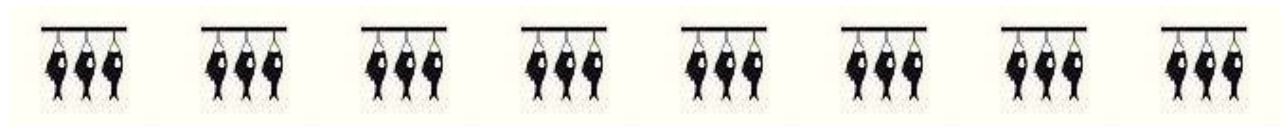
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso ammollato: 1 Kg
- Capperi: 200 g
- Olive verdi: 200 g
- Sedano a pezzetti: 200 g
- Cipolle: n.3
- Salsa di pomodoro: n.1 bottiglia
- Olio extravergine di oliva: n.3 cucchiai
- Peperoncino e sale: quanto basta



### Procedura

Tagliare a pezzi lo stoccafisso e cuocerlo al vapore per circa 30 minuti. Soffriggere con olio tutte le erbe tritate, aggiungere i capperi, le olive e la salsa di pomodoro, lo stoccafisso tagliato a pezzi, le cipolle a fette, sale e peperoncino. Cuocere per circa 2/3 ore a fuoco basso.



## STOCCAFISSO ALL'ANCONITANA (Signora Antonietta Masturzo, MARCHE)



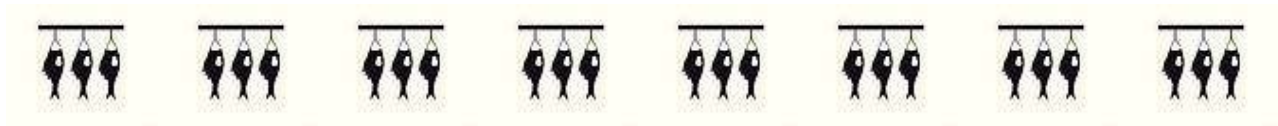
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso ammollato (prima qualità): 1 Kg
- Acciughe lavate e dissalate: 50 g
- Capperi: 50 g
- Pomodorini: 300 g
- Aglio
- Sedano: n.2 coste
- Carote: n.3
- Cipolla: n.1
- Rosmarino: n. 3 rametti
- Peperoncino: n.1
- Olive nere: 100 g
- Patate: 1 kg
- Olio extravergine di oliva: 1/2 litro
- Verdicchio di Iesi: n.2 bicchieri
- Sale: quanto basta
- Canne di bambù



## Procedura

Pulire lo stoccafisso, tritare gli odori e le acciughe. Tagliare a pezzi regolari lo stoccafisso e condirlo con il trito. Foderare la base di una pentola larga e alta con le canne di bambù che dovranno essere inserite a strati sistemare sopra lo stocco le patate tagliate a spicchi ed il peperoncino, aggiungere i pomodori tagliati a metà, le olive e quindi irrorare con olio. Ripetere l'operazione fino al termine degli ingredienti. Cuocere a fuoco lentissimo per circa 3 ore.



## STOCCAFISSO ALLA MIA MANIERA

(Signora Giuliana Volz, MARCHE)



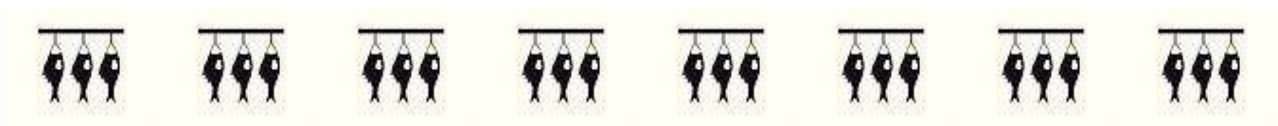
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso ammollato (prima qualità): 1,2 Kg
- Olio extravergine di oliva: n.2 bicchieri
- Acqua: n.1 bicchiere
- Vino bianco: n.1 bicchiere
- Aglio: n.3 spicchio
- Finocchio selvatico: quanto basta
- Cipolla: n.1
- Prezzemolo: n.1 pugno
- Peperoncino e sale: quanto basta
- Pomodorini: n.6
- Patate rosse: 800 g



### Procedura

In una pentola molto larga sistemare a strati stoccafisso ed il trito e coprire con le patate rosse tagliate a fette. Al termine degli strati versare l'acqua, il vino e cuocere per circa 2 ore muovendo la pentola senza mai mescolare.



## STOCCAFISSO DI NONNA LISA

(Signora Maria Teresa Mangialardo, MARCHE)



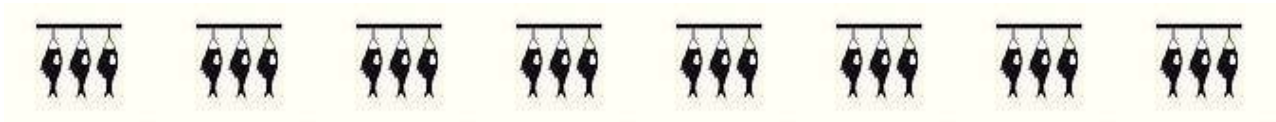
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso ammollato (prima qualità): 1 Kg
- Olio extravergine di oliva: 250 ml
- Aglio: n.1 spicchio
- Carota: n.1
- Sedano: n.2 coste
- Cipolla: n.1
- Olive nere: 200 g
- Maggiorana, prezzemolo e peperoncino: quanto basta
- Pomodorini: 500 g
- Vino bianco: n.2 bicchieri
- Acqua: quanto basta per coprire il tutto
- Patata: n.1 grande o n.2 piccole
- Sale: quanto basta



### Procedura

Tritare gli odori e soffriggerli con un pochino di olio, inserire in una pentola larga e alta lo stoccafisso tagliato a pezzi, i pomodorini tagliati a metà, la patata tagliata a spicchi, i 2 bicchieri di vino e a completamento l'acqua. Cuocere a fuoco basso per circa 2 ore senza mescolare.



## RAVIOLI DI STOCCAFISSO

(Signora Tina Interino, BASILICATA)



### Ingredienti per 4 persone

#### Impasto:

- Stoccafisso: 800 g
- Latte: quanto basta
- Patate: n.4medie
- Uovo: n.1
- Noce moscata: un pizzico

#### Sfoglia:

- Farina di semola rimacinata: 600 g
- Uova: n.3

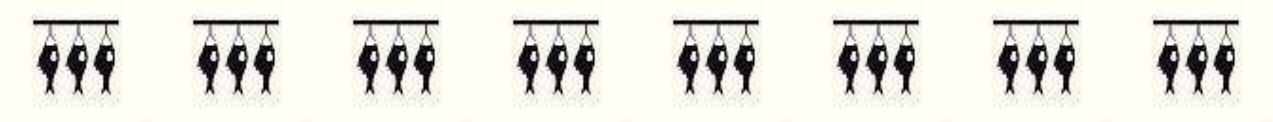
Se necessario aggiungere un po' di acqua per ottenere un impasto omogeneo ma non molle





### Procedura

Far bollire lo stoccafisso nel latte ed in seguito sbriciolare lo stesso e aggiungere delle patate lesse schiacciate in modo da avere un impasto compatto. Aggiungere un uovo e un po' di noce moscata. Preparare una sfoglia, stendere e renderla molto sottile con il matterello e mettervi sopra l'impasto di stoccafisso precedentemente preparato con l'ausilio di un cucchiaio. Richiudere con altra sfoglia e ricavarne dei ravioli. Cuocere in abbondante acqua salata, scolare e condire con sughetto di pomodoro fresco e basilico



### STOCCAFISSO ALLA LUCANA (Signora Incoronata Laquale, BASILICATA)



### Ingredienti per 4 persone:

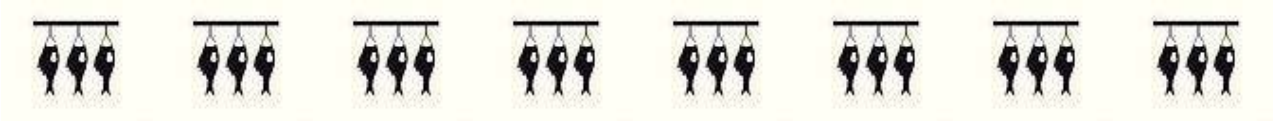
- Stoccafisso: 800 g
- Olio extra vergine di olive: 100 g
- Aglio: n. 1 spicchio
- Cipolla: ½ piccola
- Sedano: n.1 costa
- Pomodorini gialli: 500 g



### Procedura

**Per i peperoni cruschi:** friggere i peperoni secchi in abbondante olio di oliva in una padella piccola (con almeno tre dita di olio di oliva) e uno spicchio di aglio. Eliminare l'aglio quando lo stesso è imbriondito ed iniziare a friggere i peperoni inserendoli in padella poco per volta. Conservare l'olio in cui sono stati fritti i peperoni cruschi per andare in seguito a versarlo sullo stoccafisso appena lessato e fatto a piccoli tocchi.

**Per lo stoccafisso:** far appassire un po' di cipolla in abbondante olio di oliva, aggiungere pomodorini e una costa di sedano, quindi aggiungere lo stoccafisso precedentemente lessato e tagliati a piccoli pezzi. Far insaporire, impiattare e aggiungere su ogni piatto un po' di peperone crusco precedentemente fritto e sbriciolato e un po' di olio di frittura dei peperoni.



## FILETTO DI STOCCAFISSO SU SALSA ALLA NDUJA CON CIME DI RAPA, CIALDA DI POLENTINA DI CECI E PELLE CROCCANTE

(Signora Augusta Amolini, LOMBARDIA)



### Ingredienti per 4 persone

- Filetto di stoccafisso: n.4 tranci
- Cime di rapa: 500 g
- Ceci lessi: 150 g
- Panna: 100 g
- 'Nduja: 50g
- Aglio: n.1 spicchio
- Olio extravergine di oliva: quanto basta
- Olio arachidi: quanto basta
- Sale: quanto basta

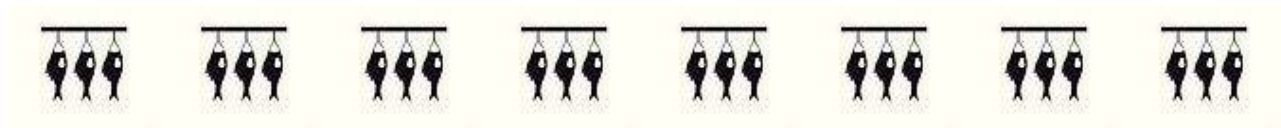


### Procedura

Lavare e mondare le cime di rapa, scolare e farle insaporire in una padella con un filo di olio ed uno spicchio di aglio in camicia per 2/3 minuti; una volta cotti regolate di sale.

Frullare i ceci lessati con un pò di acqua di cottura, un pizzico di sale, un cucchiaino di olio evo, passare la crema al setaccio fino ad ottenere una polentina liscia ed omogenea. Spalmare il composto su una teglia ricoperta di carta forno ed infornare a 150°C in forno ventilato per circa mezz'ora o fino a quando non si sarà ottenuta una cialda croccante ed asciutta da spezzare in 4 piccole cialde. Nel frattempo, sciogliere a fiamma bassissima in un pentolino per 2/3 minuti la nduja con un pò di acqua fino a renderla una crema fluida; aggiungere quindi la panna ed amalgamarla bene alla salsa. Frullate poi con il minipimer per rendere il tutto omogeneo. Passare al setaccio fino ad ottenere una salsa fluida e lucida.

Lessare lo stoccafisso in acqua leggermente salata per circa 7/10 minuti avendo cura di non danneggiare i tranci, toglierli dall'acqua di cottura e riporli in un piatto, togliere la pelle senza romperla, riporla su una teglia ricoperta di carta forno e leggermente oleata ed infornare a 150°C in forno ventilato per circa mezz'ora o fino a quando non si sarà ottenuta una sfoglia croccante ed asciutta. Sfornare e friggere la stessa pelle per qualche istante in olio di arachide ben caldo, far asciugare su carta assorbente. Impiattare il tutto e servire caldo.



## RICETTA STOCCAFISSO IN INSALATA

(Signora Simondetti Giuseppina, TOSCANA)



### Ingredienti per 4 persone

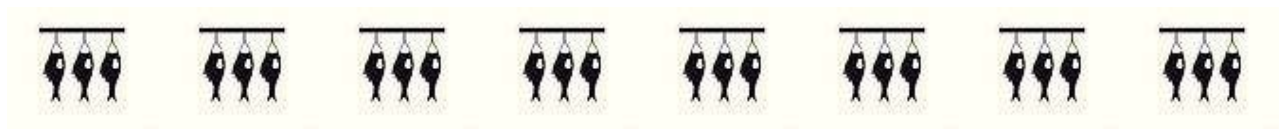
- Stoccafisso ammollato e pulito: 600 g
- Peperone rosso tagliato a strisce sottili: n.1
- Cipolline Tropea, tagliate a rondelle: n.2
- Aglio tagliato finemente oppure schiacciato: n.1 spicchio
- Capperi: n.1 manciatina
- Olive nere: n.1 manciatina

- Pomodorini qualità ciliegino: n.10
- Prezzemolo fresco finemente tritato: quanto basta e una spruzzatina di origano secco o fresco
- Olio extravergine di oliva, sale e pepe: a piacere



### Procedura

Far bollire lo stoccafisso in acqua con aglio, cipolla, sedano, rosmarino e, a cottura avvenuta, tagliarlo a piccoli pezzi e condire il tutto con un po' di olio, unendo le verdure fresche e tutti gli altri ingredienti.



## BACCALÀ ALLA VICENTINA (Signora Giovanna Franchin, VENETO)



### Ingredienti per 4 persone

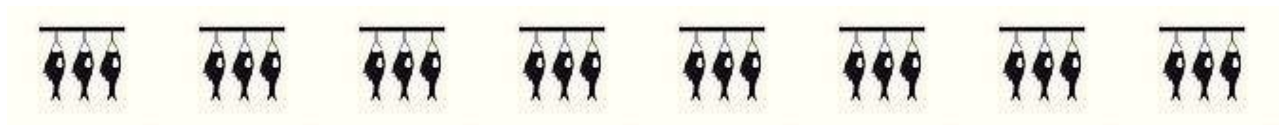
- Stoccafisso secco: 300 g
- Cipolle: 80 g
- Olio d'oliva non fruttato: 150 g
- Sardine sotto sale: n. 1
- Latte fresco: 125 g
- Farina: quanto basta
- Formaggio grana grattugiato: 30 g
- Prezzemolo: n.1 ciuffo
- Sale e pepe: quanto basta



### Procedura

Ammollare lo stoccafisso, già ben battuto, in acqua fredda, cambiandola ogni 4 ore, per 2/3 giorni. Levare parte della pelle. Aprire il pesce per il lungo, togliere la lisca e tutte le spine. Tagliarlo a pezzi quadrati possibilmente uguali. Affettare finemente le cipolle; rosolare in un tegamino con un bicchiere d'olio, aggiungere le sardine dissalate, diliscate e tagliate a pezzetti. Per ultimo, a fuoco spento, unire il prezzemolo tritato. Infarinare i vari pezzi di stoccafisso, irrorarli con il soffritto preparato, poi disporli uno accanto all'altro in un tegame di cotto o di alluminio, oppure in una pirofila (sul cui fondo si sarà versata, prima, qualche cucchiata di soffritto); ricoprire il pesce con il resto del soffritto, aggiungendo anche il latte, il grana, il sale e il pepe. Unire l'olio fino a ricoprire tutti i pezzi, livellandoli. Cuocere a fuoco molto dolce per 4 ore e mezza circa, muovendo di tanto in tanto il recipiente senza mai mescolare.

In termine vicentino questa fase di cottura si chiama "pipare". Solamente l'esperienza saprà definire l'esatta cottura dello stoccafisso che, da esemplare a esemplare, può differire, di consistenza. Servire ben caldo con polenta in fette: il Baccalà alla vicentina è ottimo anche dopo un riposo di 12/14 ore.



## PACCHERI, STOCCAFISSO E FRIARIELLI

(Signora Caporale Rosa, CAMPANIA)



### Ingredienti per 4 persone

- Pasta formato paccheri: 500 g
- Stoccafisso: 300 g
- Aglio in camicia: n.1 spicchio
- Olio extravergine di oliva: quanto basta
- Noci: 80 g tritate grossolanamente
- Prezzemolo: quanto basta
- Vino bianco: quanto basta

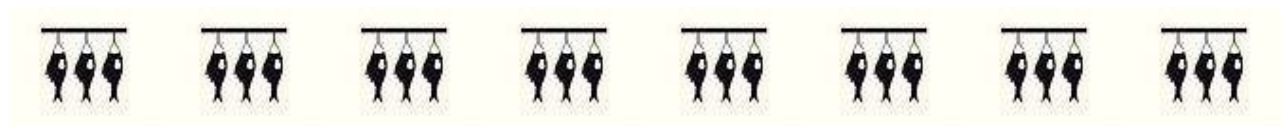
### Per i friarielli:

- Friarielli lavati e puliti: 200 g
- Aglio sbucciato e tagliato in pezzi: n.1 spicchio
- Peperoncino: n.1
- Olio extravergine di oliva: quanto basta



### Procedura

Prepariamo i friarielli facendo soffriggere in una padella l'aglio con olio e peperoncino, uniamo i friarielli e copriamo, lasciamo stufare a fuoco lento, con coperchio, saliamo poco. Da parte, in un tegame con abbondante olio, soffriggiamo uno spicchio di aglio con buccia, poi aggiungiamo lo stoccafisso in pezzetti e sfumiamo con vino bianco, cuociamo 1 minuto e uniamo i friarielli cotti e lasciamo insaporire un paio di minuti. Lessiamo i paccheri ben al dente versiamoli nel sugo e facciamo insaporire a fiamma moderata un paio di minuti con qualche cucchiaino di acqua di cottura della pasta. Serviamo il piatto completando con le noci e prezzemolo tritati.



## PACCHERI E STOCCAFISSO ALLA TONY

(Signor Antonio Rizzo, LAZIO)



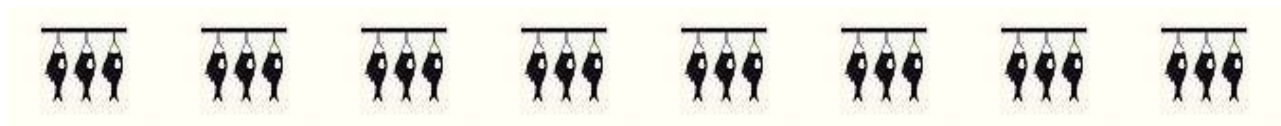
### Ingredienti per 4 persone

- Pomodori qualità piccadilly: 250 g
- Stoccafisso ammollato: 400 g
- Capperi: n.1 cucchiaino
- Olive di Gaeta: 50 g
- Aglio: n.1 spicchio
- Prezzemolo: quanto basta
- Olio extravergine di oliva e sale: quanto basta .
- Paccheri: 350 g



## Procedura

In un tegame versare olio, aglio, capperi e olive. Lasciare soffriggere per qualche minuto aggiungere lo stoccafisso, lasciarlo scottare per qualche minuto e poi aggiungere i pomodori. Fare cuocere il tutto per circa 15 minuti e poi spegnere. Cuocere i paccheri, scolarli al dente e unirli al tegame del sugo. Aggiungere il prezzemolo e mantecare.



## STOCCAFISSO IN FIORI DI ZUCCA (Signora Teresa De Ciancio, Basilicata)



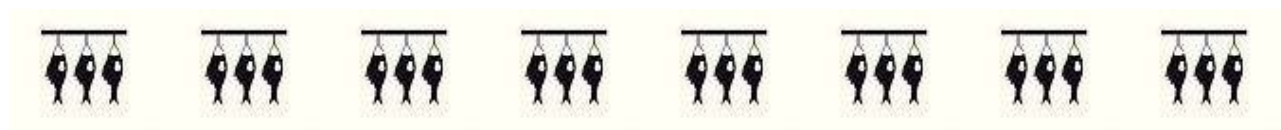
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso bagnato: 250 g
- Formaggio pecorino: quanto basta
- Mollica di pane: 4 manciate
- Uova: n.4
- Olio extravergine di oliva: ½ bicchiere
- Sale e prezzemolo: quanto basta
- Fiori di zucca: n.20
- Farina: 100 g
- Latte: ½ litro



### Procedura

Lessare lo stoccafisso dopo averlo spinato e sminuzzato e porlo in una zuppiera. Aggiungere la mollica di pane, 2 uova, prezzemolo tritato, formaggio pecorino e aggiustare di sale. Porre due bocconcini del composto nei fiori di zucca precedentemente lavati e privati dello stelo, passarli nella farina così farciti e poi nelle due uova sbattute con aggiunta di formaggio sale e latte. Friggere in abbondante olio e servire ben caldi.



## STOCCAFISSO CON PEPERONI CRUSCHI DI SENISE (Signora Maria Pia, BASILICATA)



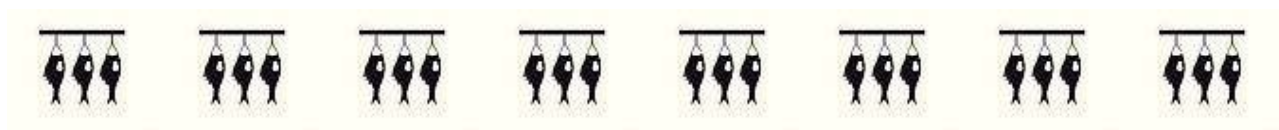
### Ingredienti per 4 persone

- Stoccafisso bagnato: 700 g
- Peperoni cruschi di Senise IGP: 200 g
- Prezzemolo tritato: n.2 cucchiari
- Olio extravergine di oliva: ½ bicchiere



## **Procedura**

Pulire i peperoni cruschi con un panno asciutto eliminando anche i semini prima di tagliarli a pezzetti. Immergere lo stoccafisso in una casseruola colma di acqua fredda e porre il tutto sul fuoco a fiamma moderata. Quando l'acqua è vicina all'ebollizione coprire il recipiente, abbassare il fuoco e continuare la cottura a leggero bollore per non più di 8 minuti. Sgocciolare bene lo stoccafisso, diliscarlo, sfilettarlo e tagliatelo a pezzi lunghi circa due cm e mettere da parte in una pirofila larga e poco profonda. In una padella scaldare bene l'olio extravergine di oliva, dopodiché ritirla dal fuoco e aggiungere i peperoni secchi divisi a pezzetti. In breve tempo l'olio bollente li renderà croccanti, non aspettare troppo perché basta un secondo in più e si carbonizzano! Mettere i peperoni ad asciugare su una carta assorbente. Versare il contenuto della padella, cioè i peperoni fritti e tutto l'olio, sullo stoccafisso. Completate con il trito di prezzemolo e un po' di sale se necessario.



*Coordinamento tecnico, foto e redazione a cura di Eurofishmarket Srl*

*Raccolta a cura di Valentina Tepedino e Camilla Occhionorelli*

*Ricette a cura di MOICA*

*Progetto ideato e promosso da NSC in collaborazione con MOICA ed Eurofishmarket Srl*