

# Bavette al finocchietto selvatico con triglie e zafferano. Chi tardi arriva...



...male alloggia. Così almeno recita il detto.

Ma qui invece se tardi arrivi il pranzo sloggia!

Tutto è cominciato poco più di un mese fa, per la serie “detto-fatto”!

Può succedere che uno sciopero imprevisto degli autobus ti costringa a montare in sella al cavallo di San Francesco per rientrare al lavoro dopo essere uscita per una visita di controllo e nel mentre sfoderi tutta una serie di “adorabili” impropri contro la sfiga degni di uno scaricatore di porto, accade che proprio grazie a quel contrattempo ti imbatti in una distesa di finocchietto selvatico proprio dove non ti saresti mai immaginata.

E la mente corre subito a quella ricetta di mamma sempre rimandata per mancanza dell'ingrediente protagonista.

Finalmente potresti farla per la cavia, chissà come sarebbe contenta...

Già, ma il tempo passa e la raccolta del finocchietto viene rimandata giorno dopo giorno fino a che, DECISO...a ferragosto sarà bottino!

La mattina faticosa esco di casa con tanto di busta e forbici alla mano, rigorosamente sottratte alle grinfie della talpa, immaginandomi già di tornare indietro sommersa di barbe profumate e invece, ahimè, di quella distesa verde neanche l'ombra, soppiantata da una miriade di capocchie gialle!

Dal quel dì il finocchietto se n'era andato tutto in fiore lasciandomi con un bel palmo di naso!

Delusione...rabbia...panico...che diamine avrei cucinato a pranzo?

Gli improvvisi cambi di programma mi lasciano sempre spiazzata ma io di cambiare programma proprio non ne avevo voglia.

Ero già rassegnata all'idea di ripiegare sui semi di finocchio quando, tornando indietro dall'altro lato della strada, scorgo una piccola piantina "superstite" che sembrava fosse rimasta lì giusto ad aspettare il mio passaggio.

Deo gratias!

Il programma pranzo era salvo come da copione, ma la prossima volta imparo a trastullarmi tanto!

Quella che vi propongo oggi non è che una variante della più famosa pasta con le sarde e finocchietto, in cui al pesce azzurro ho sostituito dei gustosi filetti di triglia per un primo piatto dall'abbinamento un po' insolito ma dal gusto delicato che sono certa conquisterà anche i palati più esigenti.

Non a caso, prima della cavia, ha fatto capitolare anche il mio babbo che in quanto a gusti difficili...sorvoliamo che è meglio!

Unico neo...un po' di pazienza nell'eliminare le spine di cui le triglie abbondano, una piccola "fatica" che sarà ampiamente ricompensata.

Parola di Calimero!



### **BAVETTE AL FINOCCHIETTO SELVATICO CON TRIGLIE E ZAFFERANO**

Tempo di preparazione	40 minuti
Tempo di cottura	20 minuti
Tempo passivo	–
Porzioni	4 persone

#### **Ingredienti per 4 persone**

- 320 gr di bavette larghe o tagliatelle
- 400 gr di filetti di triglia (possibilmente di scoglio)
- 1 mazzetto di finocchietto selvatico
- 1 cipollotto fresco
- 2 bustine di zafferano

- uva passa q.b.
- pinoli q.b .
- olio evo
- sale
- peperoncino

### **Procedimento**

1. Sbollentare i finocchietti in acqua bollente salata per circa 3 minuti, quindi scolarli, lasciarli intiepidire e tritarli grossolanamente.
2. Far rinvenire l'uvetta in acqua tiepida, sgocciolarla e strizzarla.
3. Far tostare i pinoli in una padella senza condimento e tenerli da parte.
4. Tritare finemente il cipollotto e lasciarlo appassire in una larga padella con 3 cucchiaini di olio. Unire i filetti di triglia tagliati a losanghe, lasciarli cuocere per un paio di minuti, quindi unire l'uvetta, il finocchietto, 4-5 cucchiaini di acqua calda, in cui sarà stata sciolta mezza bustina di zafferano, e lasciare che il fondo si restringa, mantenendo su fiamma media.
5. Regolare di sale e insaporire con una punta di peperoncino.
6. Lessare la pasta in acqua bollente salata con una bustina e mezza di zafferano, scolarla al dente, trasferirla nella padella con il condimento, unire i pinoli e lasciar insaporire il tutto qualche istante prima di servire.

### **Note**

Al posto del finocchietto selvatico si possono usare dei semi di finocchio pestati per aromatizzare il condimento a base di pesce. Non sarà esattamente lo stesso ma il primo risulterà altrettanto gustoso e profumato, con il vantaggio di poterlo preparare in qualunque stagione.



Questa ricetta partecipa al contest di Prezzemolino "Un pugno di pasta"



e al contest di Roberta "Pelagos & Kitchen"



Un abbraccio e buona settimana a tutti.