

# Cozze gratinate

per antipasto o cenetta a base di pesce

## Ingredienti per 4 persone

Cozze (mitili) molto grosse	kg	1
Pangrattato per il pinzimonio – cucchiaini rasi	n	3
Olio d'oliva - cucchiaini	n	2
Aglione - spicchi	n	1
Prezzemolo da tritare con l'aglio	q	6
Pepe	q	6
Pangrattato da cospargere prima di infornare – cucchiaini colmi	n	2

Ore	18,50	Lavate le cozze sotto l'acqua corrente e, con una paglietta, pulitele energicamente. <b>Eliminate quelle rotte</b>
	19,00	Sempre sotto l'acqua togliete loro il bisso (è il filamento che esce dal guscio)
	19,10	Introducetele in una pentola, copritele, accendete e aspettate che si schiudano (6/7 minuti in tutto)
	19,17	A mano a mano che si aprono toglietele mettendole in una bacinella. <b>Scartate le conchiglie chiuse</b>
	19,25	Pulite il prezzemolo e tritatelo insieme all'aglio. Ponetelo in una scodella
	19,30	Fate il pinzimonio aggiungendo a prezzemolo ed aglio, olio d'oliva, pepe e 3 cucchiaini rasi di pangrattato
	19,33	Togliete dalle cozze ormai intiepidite il loro frutto appoggiandolo su carta assorbente
	19,40	Mettete i molluschi nel pinzimonio mescolandoli bene. Accendete il forno (grill – 250°)
	19,43	Prendete i gusci più grossi, sistemateli sulla placca del forno e riempiteli con 3 o 4 molluschi
	19,50	Servendovi di un colino cospargeteli di pangrattato. Infornate (parte alta)
	20,00	Le cozze saranno leggermente gratinate - servitele

I mitili, un mollusco assai comune nei nostri mari, sono comunemente denominati cozze. Il periodo migliore per il loro acquisto va da maggio a settembre quando il frutto è più grosso ed il colore più invitante. Vengono definiti lo spazzino dei mari perché filtrano un'enorme quantità d'acqua giornaliera trattenendo tutte le impurità compresi batteri e residui metallici. Quindi non bisogna assolutamente degustarle crude. Sappiate che, essendo la maggiore parte degli allevamenti vicino alla costa, prima di poterle mettere in commercio, è obbligatorio farle spurgare in acque pulite