

---

# Spiedini di pesce spada e cavolini di Bruxelles al finocchietto

**Autore:** Massimiliano Fattorini

**Un piccolo antipasto veloce da preparare e gustare mentre si aspetta la cena. Dal blog “la piccola casa”**

Ecco una ricetta davvero veloce, anzi velocissima, qualcuno potrebbe dire che si prepara con la stessa velocità dei neutrini nel tunnel che va dal Gran Sasso al CERN... L'idea è nata, come spesso mi accade, decidendo cosa preparare per cena, ho aperto il frigo e ho visto il cestino dei cavolini di Bruxelles che mi osservava come per dirmi: «Allora quando ti decidi a prepararmi?», inoltre avevo una fetta di pesce spada, ma una fetta per più persone certo non basta, ho quindi ipotizzato di utilizzarla per un *appetizer*, un semplice *finger food* da usare come piccolo antipasto mentre si aspetta che il resto sia pronto.

D'improvviso mi sono detto: «Perché non provi ad azzardare l'accostamento cavolini e pesce spada?». Ho quindi incominciato a pensare a come abbinare al meglio il tutto, ci voleva qualcosa di agrodolce e ho quindi ideato questa riduzione di porto bianco/miele/aceto di mele, che poi è risultata davvero ottima. Detto fatto mi sono messo lì e in dieci minuti il tutto era pronto, una ricetta semplicissima da preparare, facile e veloce, con un accostamento forse insolito ma vi assicuro davvero gustoso! Anche la mia piccola Ginevra, che aveva sempre guardato con sospetto i cavolini di Bruxelles, se ne è mangiati addirittura due!

## **Ingredienti per due persone**

una fetta di pesce spada  
6 cavoletti di Bruxelles  
finocchietto selvatico  
Aceto di mele  
Porto bianco  
olio evo  
miele  
sale e pepe

Mondare delle prime foglie i cavolini di Bruxelles quindi cuocerli al vapore, sistemando nell'acqua qualche rametto di finocchietto selvatico fresco, per cinque minuti. Nel frattempo preparare la riduzione facendo andare in una piccola casseruola o in una piccola padella antiaderente, mezzo bicchiere di porto bianco, due cucchiaini di aceto di mele e un cucchiaino di miele insieme ad un pizzico di sale, mescolando a fiamma bassa finché non si è ridotto di metà il liquido addensandosi. Cuocere quindi la fetta di pesce spada sulla bistecchiera per alcuni minuti dai due lati, salandola e pepandola a piacere. Tagliare la fetta di pesce a quadretti, quindi comporre i piccoli spiedini inserendo un cavolino di Bruxelles e un quadretto di pesce spada (vedi foto sopra), sistemare nei piatti e infine aggiungere di lato e sopra un po' di riduzione.

Buon appetito a tutte e tutti!

---

*(Foto di Massimiliano Fattorini)*