



# Accademia del guanciaie

g+1 0

## Benvenuti!

Qui sotto trovate i riferimenti diretti alle ricette contenute in questo sito, suddivisi per portata

## Cosa c'è di buono?

### Home page

### Primi piatti

[Paste asciutte, salse e sughi](#)

[Piatti elaborati e zuppe](#)

[Risotti](#)

### Secondi piatti

[A base di carne](#)

[A base di pesce](#)

[A base di uova o legumi](#)

### Contorni e insalate

[Patate al forno](#)

[Puntarelle \(salsa per\)](#)

### Dolci

[Biscotti al burro](#)

[Ciambellone](#)

[Crema pasticceria](#)

[Crostate](#)

[Crème caramel](#)

[Meringhe](#)

[Mousse al cioccolato](#)

[Salame di cioccolato](#)

[Semifreddi](#)

[Sfogliata di mele](#)

[Torta al cioccolato](#)

[Torta brasiliana al cioccolato](#)

[Torta di mele](#)

### Tecniche e varie

[Casatiello](#)

[Maionese](#)

[Tecniche e varie](#) >

## Tempo di cottura del pesce al forno

Qual'è il tempo di cottura di un pesce al forno?

Esiste un metodo semplice per calcolarlo ed evitare di servire un sashimi oppure uno stracotto? Sì, esiste e si applica a tutte le cotture al forno: con le patate, al cartoccio o al sale.

Per semplificare ipotizziamo di cuocere insieme pesci "simili", assumendo che in una medesima infornata si inseriscano solo pesci "molto simili" per dimensioni. Il tempo di cottura del pesce al forno, infatti, varia secondo le dimensioni del pesce, ma non con il numero di pesci cotti insieme (questo è tanto più vero quanto più il vostro forno è capace di mantenere la temperatura)...

Ci sono due metodi per calcolare il tempo di cottura:

1) il più preciso: calcolare 10 minuti per ogni 2,5 cm di spessore del pesce nel punto di massimo spessore (con il forno sempre a 200°C); La formula generica è:

$$\text{Tempo\_Cottura\_a\_200}^\circ\text{C} = 10 *$$

$$\text{Spessore\_Massimo\_Pesce\_in\_cm} / 2,5 \text{ (in minuti)}$$

Quindi, per un'infornata di pesci spessi 4 cm occorreranno:  $10 * 4 / 2,5 = 16$  minuti di cottura a 200°C.

2) quello più superficiale, che non dà le stesse garanzie per via del fatto che associa gli spessori a dei pesi "tipici", consiste nel riferirsi alla tabella qui sotto:

[Pane](#)[Pane \(con la macchina\)](#)[Pasta all'uovo](#)[Tempo di cottura del pesce al forno](#)[Tostatura del riso](#)[Ristoranti nel mondo](#)[Sagre ed altri eventi](#)[Siti Internet interessanti](#)[Stupidaggini assortite](#)

peso del "pesce tipo" in grammi	tempo di cottura a 200°C in minuti
100	17
200	19
300	21
400	23
500	25
600	27
700	29
800	31
900	33
1000	35

Per altri pesi del pesce tipo si può utilizzare la formula approssimata:

$$\text{Tempo\_Cottura\_a\_200}^\circ\text{C} = 0,02 * \text{Peso\_Pesce\_tipo\_in\_grammi} + 15 \text{ (in minuti)}$$

E' comunque importante sottolineare che i pesci che pesano più di 2 kg vanno cotti a trance spesse almeno 2 cm, utilizzando poi la tecnica di calcolo 1).

## Comments

Non disponi dell'autorizzazione necessaria per aggiungere commenti.