

ELEGANZA LEGGERA PER LE FESTE: LA SPIGOLA TRA LE VERDURE DI STAGIONE

Publicato il 16 Dicembre 2025 di Alessandra Giardino



Categoria: [NOTIZIE DI PRIMA PAGINA](#)



La nuova creazione natalizia dello Chef Daniele Arzilli è un omaggio al mare e all'orto

Quest'anno il Natale si accende di luce, profumi e freschezza grazie a una proposta che racconta l'essenza più autentica della cucina mediterranea: "La Spigola nell'Orto", il piatto firmato dall'Executive Chef Daniele Arzilli del **Park Hotel Marinetta**. Anche se la struttura è chiusa per la pausa invernale e si prepara a riaprire in primavera, la creatività dello chef non si ferma e continua a ispirare, portando nelle case un'idea di festa fatta di eleganza, leggerezza e gusto, capace di evocare il profumo del mare e la quiete della pineta toscana anche nei mesi più freddi.

Una ricetta che nasce dall'**incontro fra il mare e la terra**, dove il trancio di spigola fresca, morbido e delicato, viene avvolto da un mosaico di verdure dai colori vivi e dalle consistenze diverse: **patate vellutate**, melanzane carnose, zucchine fragranti e broccoli dal cuore verde intenso. A illuminare il piatto arrivano i **pomodorini maturi**, trasformati in una crema setosa e brillante che sprigiona dolcezza e carattere.

Ogni boccone è un viaggio sensoriale: la **spigola**, leggermente rosolata con **olio extravergine di oliva** e un profumato **spicchio d'aglio in camicia**, sprigiona note avvolgenti; le **verdure**, appena sbianchite e poi saltate, mantengono una piacevole **croccantezza**; le **creme di broccoli e pomodoro** completano la composizione con morbidezza e armonia. Un piatto che interpreta il Natale in chiave contemporanea, celebrando la purezza degli ingredienti e la bellezza della semplicità.

Una proposta pensata per chi desidera portare in tavola durante le feste un'atmosfera di raffinata leggerezza, capace di sorprendere e conquistare sin dal primo assaggio.

LA SPIGOLA NELL'ORTO

Ingredienti per 2 persone

- Spigola fresca (trancio) 400 g
- Patate 150 g
- Melanzane 80 g
- Zucchine 50 g
- Broccoli 80 g

Pomodorini maturi 100 g
Olio extravergine di oliva 20 ml
Aglio 1 spicchio
Erbe aromatiche fresche
Sale e pepe q.b.

Procedimento Pulire e tagliare le verdure a piacere. Sbollentarle leggermente e poi rosolarle in padella antiaderente con poco olio extravergine di oliva.

Pulire i broccoli, lessarli in acqua salata e raffreddarli in acqua e ghiaccio per preservarne il colore brillante, quindi frullarli con un filo d'olio fino a ottenere una crema liscia.

Sbollentare i pomodorini, eliminare la buccia e frullare la polpa con poco olio fino a ottenere una salsa vellutata.

Scaldare una padella antiaderente con olio e lo spicchio d'aglio in camicia; quando l'olio inizia a sprigionare profumo, adagiare la spigola e lasciarla rosolare senza muoverla per almeno 2 minuti. Regolare di sale e pepe, girare il trancio e terminare la cottura in forno statico a 130° per circa 2 minuti.

Impiattare disponendo le verdure, le creme di broccoli e pomodoro e il trancio di spigola, completando con un filo d'olio extravergine e erbe fresche.

