



Radicchio stufato con capperi e sgombro grigliato al profumo di prezzemolo

Tempo: 30 min

Difficolta': 1

Prodotto: Filetti di Sgombro Grigliati all'Olio Extravergine

Ingredienti per 4 persone

- 6 cespi di radicchio rosso- 20 g di capperi- 2 confezioni di Filetti di Sgombro Rio Mare Grigliati all'Olio d'Oliva da 120 g- 1 spicchio d'aglio- ½ limone- Un ciuffo di prezzemolo fresco- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva

Procedimento

Per prima cosa, occupatevi del radicchio: tagliate i cespi in otto e fateli stufare in un wok insieme a uno spicchio d'aglio, aggiungendo un bicchiere di acqua e due cucchiaini di olio extra vergine d'oliva. Giunto a metà cottura, aggiungete i capperi, dopo averli sciacquati accuratamente. Quando il radicchio risulterà ben appassito e adeguatamente insaporito, spegnete la fiamma. Disponete il radicchio nei piatti, condite con il succo di mezzo limone e due cucchiaini di olio extra vergine d'oliva, aggiungete in superficie i filetti di sgombro grigliati, una spolverata di prezzemolo fresco tritato e servite.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI