



Sgombri al profumo mediterraneo

Tempo: 20 min

Difficolta': 2

Prodotto: Filetti di Sgombro al naturale

Ingredienti per 4 persone

- 4 confezioni di Filetti di Sgombro- Rio Mare al Naturale da 125g- 10 pomodori pachino- 1 peperone- 2 rametti di timo fresco- 1 spicchio di aglio- 1 cucchiaino di succo di limone- 1 cucchiaino di olio extra vergine- di oliva- Sale- Pepe

Procedimento

- Tagliate il peperone a listarelle e ammorbiditelo in padella con poca acqua, poi aggiungete l'olio e l'aglio tritato e regolate di sale e pepe; aggiungete due cucchiai d'acqua e il succo di limone e lasciate cuocere per qualche minuto.- Aggiungete infine le foglioline di timo fresco e il pomodoro pachino tagliato a dadini; mescolate con delicatezza, completando con i filetti di sgombro sgocciolati. Servite il piatto caldo.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI