



Filetti di sgombro alle erbe aromatiche

Tempo: 15 min

Difficolta': 1

Prodotto: Filetti di Sgombro al naturale

Ingredienti per 4 persone

- 4 confezioni di Filetti di SgombroRio Mare al Naturale da 125g- 4 pomodori maturi e sodi- 4 cucchiaini di olio extra verginedi oliva- Capperi sotto sale- 1 arancia- Erbe aromatiche miste (basilico,erba cipollina, prezzemolo)- Sale

Procedimento

- Dissalate i capperi e disponeteli in una terrina con l'olio, il succo dell'arancia e partedella scorza grattugiata. Unite un cucchiaino di erbe miste tritate e amalgamate il composto con un frullatore a immersione.- Tagliate i pomodori a meta' in senso orizzontale. Cuoceteli su una griglia rigata bencalda e sistemateli sui piatti.- Disponete su ogni pomodoro una porzione di filetto di sgombro a pezzetti e conditecon l'emulsione di capperi. Decorate con le erbe aromatiche rimaste e aggiungeteun pizzico di sale.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI