



Sgombro con dadolata di melanzane e pomodori

Tempo: 30 min

Difficolta': 1

Prodotto: Filetti di Sgombro Sott'Olio

Ingredienti per 4 persone

- 3 confezioni di Filetti di Sgombro Rio Mare all'Olio d'Oliva da 125 g- 2 melanzane- 15 pomodori ciliegino- 5 pomodori secchi- un filo d'olio extravergine d'oliva- un pizzico di origano fresco o secco

Procedimento

Tagliare le melanzane in una dadolata abbastanza piccola, quindi stufare in una padella antiaderente i cubetti in pochissima acqua per circa quindici minuti. Aggiungere i pomodori ciliegino, precedentemente tagliati in quattro, e i pomodori secchi, ridotti a striscioline con una forbice (non e' necessario l'ammollo). Dopo circa dieci minuti dall'aggiunta dei pomodori, aggiungere l'olio extravergine d'oliva e l'origano. Lasciare intiepidire, quindi aggiungere i Filetti di Sgombro Rio Mare all'Olio d'Oliva e servire.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI