

SECONDI PIATTI

Spigolette all'acquapazza

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 10 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

SPIGOLA di circa 300 g l'una - 4

POMODORI SECCHI 200 gr

SPICCHIO DI AGLIO 2

PREZZEMOLO 1 ciuffo

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiari da tavola

SALE

Quando avete voglia di un secondo piatto semplice e delizioso, perfetto per una cena in famiglia, le spigolette all'acquapazza sono proprio il piatto perfetto perché si realizzano in pochi minuti e sono fantastiche!

Saporito e elegante nell'aspetto, questo piatto è adattissimo per una cena con parenti e amici, farete un vero figurone!

PREPARAZIONE

1 Sbucciate e schiacciate l'aglio. Scaldate l'olio in una padella e fatevi soffriggere l'aglio.



2 Aggiungete i rametti di prezzemolo e le spigolette.

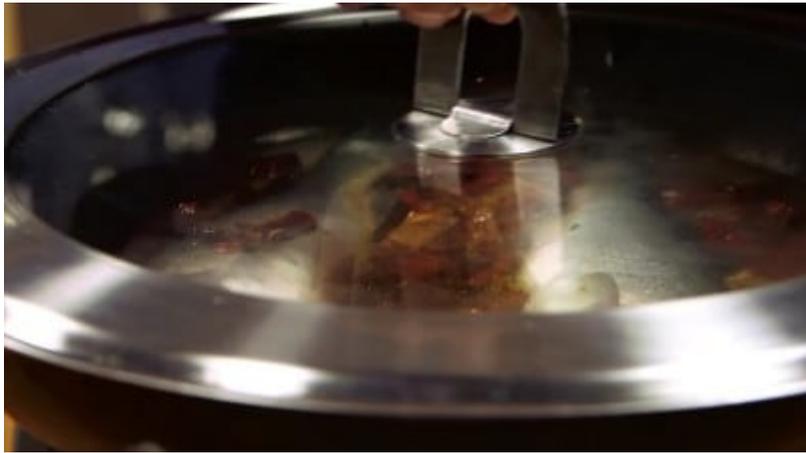


3 Tritate i pomodorini secchi ed unite anch'essi. Salate e pepate a piacere.





- 4 Bagnate con due bicchieri d'acqua. Coprite con un coperchio e lasciate cuocere per una decina di minuti.



5 Mentre i pesci cuociono, tritate altro prezzemolo.



6 Servite i pesci in un vassoio con tutto il sughetto di cottura ed il prezzemolo appena tritato.

