

SECONDI PIATTI

Branzino al forno con pistacchi e arancio

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 20 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: + 30 MINUTI DI RIPOSO



INGREDIENTI

- 4 filetti di branzino
- 4-5 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- poco prezzemolo
- 1 arancia
- 1 limone
- 50 g di pistacchi salati
- 4-5 cucchiaini di pangrattato

PREPARAZIONE

- 1 Tritare l'aglio ed il prezzemolo.

In un vassoio mescolare l'olio, l'aglio, il prezzemolo, il succo del limone e dell'arancio.



2 Unite i filetti e lasciateli marinare per 30 minuti.

Disponete i filetti in una teglia ed irrorateli con l'emulsione stessa.



3 Nel mixer tritare i pistacchi.

Cospargete i filetti con i pistacchi ed il pangrattato.

Concludete con un filo di olio.



4 Infornate a 180°C per 20 minuti.