

SECONDI PIATTI

## Conchiglie raffinate di platessa

---

LUOGO: Europa / Italia

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

---



### INGREDIENTI

4 filetti platessa  
grana  
pangrattato  
1 cucchiaio farina  
1 bicchiere e mezzo di latte  
noce moscata  
prezzemolo  
sale

### PREPARAZIONE



- 2 Infarinate i filetti di platessa e metteteli a rosolare in una padella con aglio, olio, sale e pepe.



- 3 Preparate una besciamella con un cucchiaino colmo di farina ed 1 bicchiere e mezzo di latte, aggiungete della noce moscata.

Schiacciate i filetti di platessa ed uniteli alla besciamella.

Aggiungete grana, prezzemolo, sale e pepe.



4 Mescolate bene e mettete un paio di cucchiaini di impasto nei gusci vuoti delle capesante.



5 Spolverizzate con grana e pangrattato, un filo di olio ed infornate a 220° per 15 minuti fino a dorare la superficie.

