

SECONDI PIATTI

Filetti di merluzzo alla pizzaiola

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

Una confezione di filetti di merluzzo surgelati
olive nere
capperi
origano
olio extravergine di oliva
aglio
peperoncino.

PREPARAZIONE

1 In un tegame, scaldare l'olio e aggiungere 2 o 3 spicchi di aglio schiacciati, quindi 3 o 4 pomodori maturi senza buccia e senza semi, a pezzetti; far cuocere a fuoco lento e aggiungere le olive, i capperi, l'origano e il peperoncino. Da ultimo mettere i tranci di merluzzo e coprire la pentola. Per la cottura bastano pochi minuti; se il piatto risulta molto "brodoso" si può portare in tavola con dei crostini di pane tostato.

Buon appetito