

SECONDI PIATTI

Filetti di spigola alle erbe aromatiche

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Lazio](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [15 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

SPIGOLA 4

TIMO 1 rametto

MAGGIORANA 1 rametto

OLIVE NERE 50 gr

PANGRATTATO 50 gr

PATATE 4

PINOLI 20 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

I filetti di spigola alle erbe aromatiche sono una ricetta deliziosa, perfetta per chi vuole organizzare un menù di pesce che sia buono e gustoso ma che sia al tempo stesso elegante e raffinato. Questa ricetta prevede infatti pochissimi ingredienti ma che se messi insieme danno vita a un secondo piatto delizioso. Provate questa ricetta perfetta per una cena chic con ospiti importanti e se volete abbinare anche un primo eccellente, il [risotto all'astice](#) fa proprio al caso vostro!

PREPARAZIONE

1 Preparate un pesto con il timo, la maggiorana, le olive ed i pinoli.



2 Aggiungete un po' d'olio, un pizzico di sale e poco pangrattato.

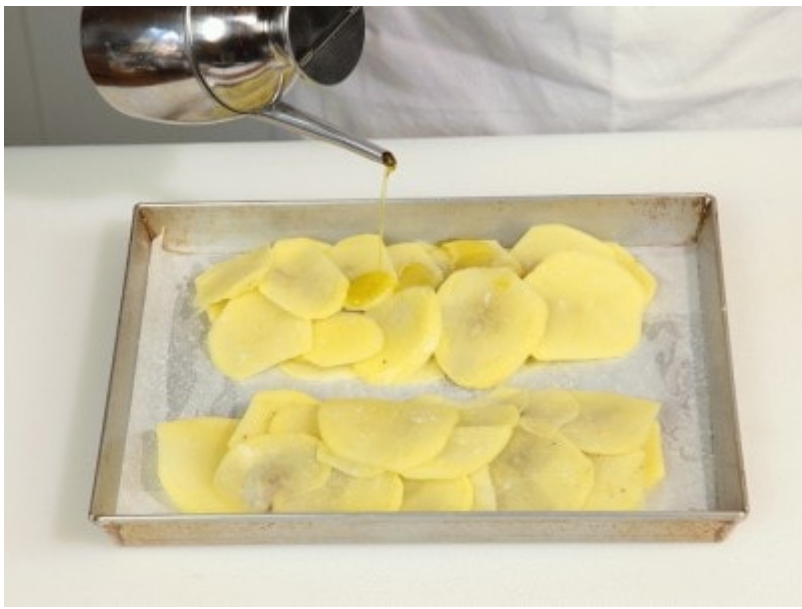




- 3 Spennellate con il composto i filetti di spigola, poi affettate molto sottilmente le patate e con queste preparate uno strato su cui andrete ad adagiare ogni filetto.



- 4 Ricoprite i filetti con il resto delle patate affettate, un filo d'olio e sale.



5 Infornate per 15 minuti a 180°C. Sfornate e servite caldi.