

SECONDI PIATTI

Filetto di scorfano al timo

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 15 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

SCORFANO piccoli - 4
TIMO 2 rametti
SPICCHIO DI AGLIO 2
PATATE 3
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE

PREPARAZIONE

- 1 Tagliate le patate in fette molto sottili senza rimuovere la buccia. Adagiate le fettine di patate in una teglia foderata di carta forno in un unico strato. Spennellate le patate con dell'olio extravergine d'oliva ed infornatele a 180°C per circa 15 minuti.



2 Ricavate dagli scorfani i filetti e ripuliteli da eventuali lische residue.



3 Fate scaldare in padella 2 cucchiai d'olio extravergine d'oliva con gli spicchi d'aglio schiacciati e i due rametti di timo.

Quando l'olio ben caldo, adagiatevi i filetti di scorfano dalla parte della pelle, incoperchiate e lasciate cuocere il pesce fino a quando la polpa del pesce da trasparente sia diventata bianca.



- 4 Prelevate i filetti di pesce dalla padella e salateli leggermente.
Prendete i piatti da portata e adagiatevi le fette di patate sulle quali disporrete i filetti di scorfano al timo.
Ultimate il piatto distribuendo una generosa quantità di Salsa Rosa Calvè.

