

SECONDI PIATTI

Merluzzo all'origano

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

Merluzzo
sale
pepe
olio
succo di un limone
origano
farina.

PREPARAZIONE

1 Tagliare il merluzzo a tranci piccoli(10cm circa) e infarinarli.

Far si che la farina si attacchi bene da una parte dopo di che girare i pezzi di merluzzo dal lato rimanente.

Metterli poi in una padella con dell'olio già caldo.

Salare e pepare quanto basta spremerci il succo di una limone e spolverare con un po'

d'origano sempre su entrambe le parti.