

SECONDI PIATTI

Pezzogna al forno

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 15 min COSTO: elevato

REPERIBILITÀ ALIMENTI: difficile



INGREDIENTI

500 g pezzogna
olio extravergine d'oliva
4-5 cucchiari acqua
1 spicchio d'aglio
prezzemolo tritato
aceto bianco
sale
pepe

PREPARAZIONE

1 Pulite il pesce.



- 2 Mettetelo in una pirofila di adeguate dimensioni con olio eextravergine d'oliva e 4-5 cucchiari d'acqua.



- 3 Unite uno spicchio d'aglio intero, prezzemolo tritato, sale e pepe.



4 Coprite con carta stagnola e passate in forno a 180°C per 10 minuti.

Quindi estraete la teglia e sfumate con un po' d'aceto bianco.



5 Rimettete in forno altri 5 minuti, giusto il tempo che si consumi l'aceto e poi sfornate.



6 Servite ben caldo su un mestolino di sughetto.



