

SECONDI PIATTI

Trote alle erbe di montagna

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) COSTO: [basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

6 piccole trote di montagna (250 - 300 g
cadauna)
1 mazzolino di timo
5 - 6 bacche di ginepro
4 spicchi d'aglio
1 rametto di salvia
1 rametto di rosmarino
5 - 6 foglie di menta
olio
40 g di burro
sale.

PREPARAZIONE

- 1 Preparare un trito con uno spicchio d'aglio, la salvia, le foglioline di rosmarino, di menta e di timo. Pulire le trote, lavarle e asciugarle bene con un panno. Salarle all'interno della pancia; poi inserire in ogni trota un buon pizzico del tritato, allargandolo bene con il dito

cercando di riempire tutta la superficie interna.

Infarinare le trote e passarle in padella con olio a dorare.

Intanto accendere il forno a temperatura media; prendere una teglia e sciogliere del burro sul fondo; adagiarvi le trote, salare e aggiungere su ognuna qualche fiocchetto di burro.

Mettere in forno e cuocere per 10 minuti.

Servire con fettine di limone.