

SECONDI PIATTI

## Filetto di persico alle erbe

di: *Cookaround*

LUOGO: Europa / Italia / Umbria

DOSI PER: 4 persone

DIFFICOLTÀ: bassa

COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



### INGREDIENTI

800 g di filetti di persico  
150 g di pane grattugiato  
60 g di maggiorana  
20 g di timo  
10 g di prezzemolo  
10 g di erba cipollina  
100 g menta fresca  
1/2 lt di latte  
3 dl di olio di arachide  
600 g di asparagi  
200 g di pomodoro  
100 g di zucchine  
100 g porro  
2 peperoni gialli e rossi  
sale e pepe q.b.

## Preparazione

**1** Per la julien di verdure tagliare tutte le verdure a bastoncini sottilissimi e friggerle in olio senza infarinarle ma salandole.

Marinare il Persico con una parte di erbe e latte. Sgocciolare e passare nel pane aromatizzate con un trito di tutte le erbe. Sistemare su carta da forno. Cuocere in forno a 200°C.

Preparare gli asparagi imbollentiti saltati con olio extra vergine d'oliva e porro tritato, sale e

pepe.