

SECONDI PIATTI

Orata pomodorini e origano

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **media** PREPARAZIONE: **5 min** COTTURA: **15 min** COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Volete preparare una cena raffinata ed elegante per San Valentino ma non volete cimentarvi in piatti troppo elaborati? Questi filetti di orata sono semplici da preparare e molto profumati: perfetti!

INGREDIENTI

ORATA filetti - 2

POMODORI CILIEGINI 200 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

ORIGANO ESSICCATO 2 cucchiaini da tè

SPICCHIO DI AGLIO 1

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Scaldate in padella l'olio extravergine d'oliva con lo spicchio d'aglio leggermente schiacciato.

Non appena l'olio inizierà a sfrigolare, unitevi i pomodorini ben lavati e tagliati a metà.



- 2 Insaporite i pomodorini con l'origano e salate adeguatamente; lasciate che i pomodorini appassiscano.



- 3 Unite a questo punto alla padella i filetti di orata dalla parte della pelle creando dello spazio tra i pomodorini per adagarveli.

Rosolate i filetti di orata in padella per qualche minuto senza girarli ma raccogliendo il sugo di cottura e riversandolo sulla polpa del pesce affinché possa cuocere.



- 4 Una volta rosolato il pesce, prelevatelo dalla padella ed adagiatelo, stavolta dalla parte della polpa, su di una teglia foderata di carta forno, salatelo ed infornate a 200°C per 5 minuti.



- 5 Servite i filetti d'orata ancora caldissimi su un letto realizzato con i pomodorini cotti in padella.

NOTE