

SECONDI PIATTI

## Spigola al limone al cartoccio

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [15 min](#)    COTTURA: [30 min](#)    COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



La **spigola al limone al cartoccio** è un ottimo secondo piatto di mare leggero e gustoso che piace sempre a tutti. Con poche e semplici mosse vi sarà possibile realizzare un piatto straordinario. La cottura in cartoccio infatti permette di racchiudere tutti i vapori e gli aromi che rendono incredibilmente saporito il pesce. L'accoppiata poi limone-pesce si sa è perfetta ed è per questo che risulta gradito anche ai bambini o a chi in genere non ama particolarmente queste pietanze. Seguite il passo passo e vedrete quant'è facile realizzarlo!

Se amate la spigola divertitevi anche a realizzare anche altre ricette, magari abbinandola con la pasta:

[paccheri al ragù di spigola](#)

## INGREDIENTI

SPIGOLA 1

SALE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

LIMONE 1

VINO BIANCO mezzo bicchiere -

PREZZEMOLO

AGLIO

## PREPARAZIONE

- 1 Quando vogliamo realizzare la ricetta della spigola al limone in cartoccio, per per prima cosa disponiamo un foglio di carta alluminio sulla teglia



2 Prima di adagiare la spigola mettere un filo d'olio e del prezzemolo sotto di modo che non si attacchi in cottura.

Fate due taglietti sul dorso ed inserire aglio e prezzemolo.



3 Nella pancia della spigola mettete una fetta di limone, aglio e prezzemolo.



4 Preparate un condimento con 1/2 bicchiere di vino bianco, 1/2 limone spremuto, un filo d'olio e sale e cospargete la spigola anche nella pancia.



5 Richiudete il tutto ben bene!



6 In preriscaldato ventilato a 180° per 25-30 minuti (attenzione dipende da quanto è grande la spigola, se è una spigoletta da porzione di circa 400 g sarà sufficiente una cottura di 15').



## CONSIGLIO

**Ho dei branzini, va bene questa ricetta?**

Sì vanno benissimo.

**Potrei utilizzare il pesce già sfilettato?**

Sì puoi tranquillamente procedere alla stessa maniera, ovvio che il tempo di cottura sarà minore.

**Potrei realizzare questa ricetta aggiungendo delle vongole?**

Sì ci stanno proprio bene!

