

SECONDI PIATTI

Spigola al limone al cartoccio

di: *spezzatino*

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