

SECONDI PIATTI

# Trota al forno

di: *Corinna*

---

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 20 min    COTTURA: 40 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

---



Fare la **trota al forno** significa fare un piatto a base di pesce davvero molto gustoso. In genere non si sa mai come prepararla o in genere la si fa sempre nel solito modo. Ecco quindi che con piacere vi giriamo una ricetta che una nostra utente ci ha lasciato sul forum di cookaround. La preparazione è davvero semplice e non richiede grossa esperienza in cucina. In men che non si dica otterrete un piatto profumato e gustoso di quelli che sono sempre apprezzati a tavola. Provate questa ricetta e fateci sapere se vi è piaciuta. Se amate questo tipo di pesce vi invitiamo a provare anche lo [spezzatino](#): buonissimo!

## INGREDIENTI

TROTA 1

OLIVE del tipo che preferite -

POMODORINI del tipo che preferite - 6

BASILICO 1 ciuffo

PEPE NERO MACINATO

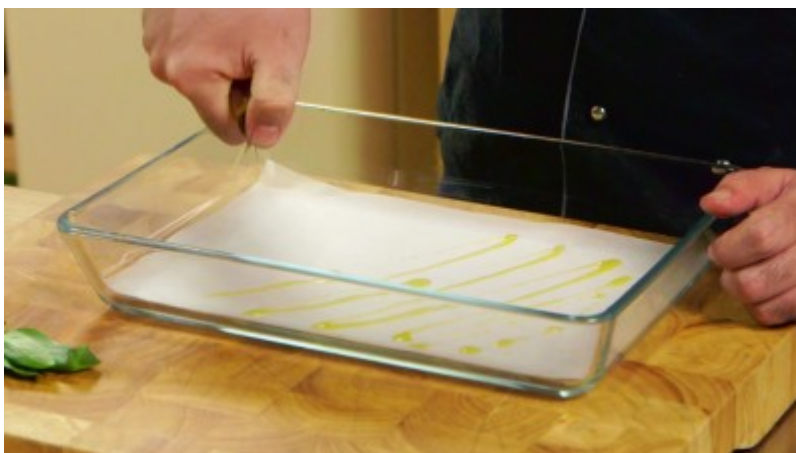
VINO BIANCO ½ bicchieri

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2  
cucchiaini da tavola

SALE

## PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare la trota al forno la prima cosa da fare è eviscerare e pulire bene la trota, poi sciacquarla sotto l'acqua corrente. A questo punto procedete nel seguente modo: foderate una teglia con della carta forno. Versate un filo d'olio sulla carta e mettete la trota all'interno della teglia.





2 Unite nella teglia le olive intere denocciolate, decide voi il tipo da utilizzare.

Quindi tagliate a cubetti i pomodorini e aggiungeteli nella teglia.





**3** Aromatizzate il tutto con delle foglioline di basilico spezzettate a mano, salate sia fuori che internamente la trota e infine aromatizzatela con una macinata di pepe nero.







- 4 Versate nella teglia mezzo bicchiere di vino bianco e trasferite in forno preriscaldato ventilato a 180°C per circa 30-35 minuti.



- 5 Trascorso il tempo indicato sfornate e servite.



CONSIGLIO