



FILETTI DI MERLUZZO con pomodorini e olive

Difficolt: Facile



Un piatto estivo, fresco e veloce da preparare! In 10 minuti il pranzo servito, non ci resta che metterci ai fornelli!!! Io ho utilizzato i filetti di merluzzo surgelati, voi potete scegliere qualsiasi tipo di pesce sia fresco che surgelato.

Dosi: dosi per 3 persone

- merluzzo filetti 550gr.
- olive verdi snocciolate 4 cucchiaini circa
- pomodoro rossi 4 di media grandezza
- aglio 1 spicchio
- basilico qualche foglia
- capperi mezzo cucchiaino
- olio EVO
- sale

Lavare i pomodorini e tagliarli a piccoli cubetti, sminuzzare anche le olive e sciacquare i capperi sotto sale

Far soffriggere un goccio di olio Extra Vergine di Oliva con l'aglio in una padella

Aggiungere i pomodorini, le olive e i capperi



Ora i filetti di merluzzo ancora surgelati e lasciar andare qualche minuto con un coperchio, salare



In una decina di minuti sar cotto

Servire decorato con una foglia di basilico e un altro filo di olio

Buon appetito

e alla prossima ricetta ;)

