

Filetti di occhiata al limone



L'occhiata è un pesce azzurro con la caratteristica macchia nera sulla coda e l'occhio grande. Le sue carni sono buone sebbene sia scarsamente commercializzata e per questo, quando la si trova nel banco del pesce, risulta pure molto economica.

L'occhiata è un pesce azzurro con la caratteristica macchia nera sulla coda e l'occhio grande. Le sue carni sono buone sebbene sia scarsamente commercializzata e per questo, quando la si trova nel banco del pesce, risulta pure molto economica.

Ingredienti per 4 persone

- 1 Kg di occhiate
- 2 limoni
- prezzemolo
- burro
- sale e pepe

Preparazione

Pulire le occhiate e ricavarne dei filetti. Far rosolare un po' di burro in una padella e aggiungervi i filetti. Dorare entrambi i lati e toglierli dalla padella, mettendoli in un piatto coperto di fettine di limone divise a metà. Spargere sui filetti delle foglioline di prezzemolo tritate e del succo di limone. Salare, pepare, innaffiare il tutto con un po' di burro fuso e servire.

Fonte ricetta: nonsolorate.altervista.org

Fonte immagine: molsurf.eu