

Il verde e il rosa - filetti di Trota e zucchine

Lavate le zucchine e tagliatele a rondelle sottili. Lavate i filetti di trota, asciugateli e infarinateli appena. In una larga padella fate sciogliere il burro e cuocete i filetti di pesce per circa 4 minuti per lato aggiustando solo alla fine di sale.

Ingredienti

- 4 filetti di trota
- 4 zucchine di media grandezza
- 40 grammi di burro
- Evo, farina e sale q.b.
- 1 mazzetto di prezzemolo

Procedimento

Lavate le zucchine e tagliatele a rondelle sottili. Lavate i filetti di trota, asciugateli e infarinateli appena. In una larga padella fate sciogliere il burro e cuocete i filetti di pesce per circa 4 minuti per lato aggiustando solo alla fine di sale.

Nel frattempo in un'altra padella fate andare l'Evo e saltate le zucchine a cottura. Aggiustate di sale.

Nel piatto di portata fate un letto di zucchine accomodate i filetti di pesce e spolverizzate di prezzemolo fresco.