

FILETTO DI MERLUZZO ALLA PROVENZALE



Categoria: Pesci e frutti di mare

Fonte:

Data: 06.11.2017

Ingredienti per 4 Personen al 100% (quantità netta)

80 g Pane inglese
10 g Aglio
5 g Timo fresco
5 g Maggiorana fresca
5 g Prezzemolo a foglie lisce
0,2 dl Olio d'oliva extra vergine
0,5 kg Filetto di merluzzo
1 x Condimento
0,4 l *Salsa pomodoro al basilico*

Mise en place

- Tritare l'aglio, e le erbe aromatiche
- Togliere la crosta dal pane e passarlo al mixer

Preparazione

- Stufare l'aglio con un po' d'olio, unire le erbe, il pane sale e pepe
- Sistemare la salsa pomodoro su una pirofila da forno
- Disporre il merluzzo, condire
- Distribuire il composto di pane sul pesce
- Aggiungere qualche goccia d'olio
- Cuocere in forno 200 C° per circa 20 min.