



Ricetta

Pesce spada alla ghiotta



Ingredienti: (dose per 4 persone)

Pesce spada a fette g. 600, una cipolla , qualche oliva verde, qualche capperi, sedano un mazzetto, 500 g pomodori pachino, olio extravergine di oliva , peperoncino, pepe.

Preparazione

- 1. Tritate la cipolla finemente e fatela appassire in un tegame basso e largo con poco olio extravergine di oliva .*
- 2. Appena sarà dorata aggiungete la salsa di pomodoro, il sedano e poi, dopo qualche minuto, anche le olive snocciolate e i capperi. NON aggiungete sale in quanto il piatto risulterà saporito per la presenza delle olive e dei capperi*
- 3. Aggiungete il peperoncino e quando la salsa si sarà insaporita disponete nel tegame le fette di pesce spada, una accanto all'altra, fate cuocere a fiamma bassa per circa 10 minuti girandolo a metà cottura.*
- 4. Disponete quindi su un piatto di portata che avrete scaldato precedentemente*