

Filetti di merluzzo al vapore *(Secondi a base di pesce)*



Preparazione

Portate a ebollizione, in una pentola, abbondante acqua, quindi mettete sulla pentola un piatto con i filetti di merluzzo spruzzati con poco olio e con poco succo di limone e cosparsi con una manciata di prezzemolo tritato e un pizzico di sale. Coprite i filetti con un altro piatto e lasciate cuocere per circa 30'. Servite con spicchi di limone.

Consigli

Se dopo aver preparato questa ricetta ti è avanzato del merluzzo, mettilo in una boule, aggiungi poca acqua e abbastanza birra, regola di sale di pepe, fai delle polpette con le mani, infarinale e friggile! Vedrai che bontà!

Curiosità

Lo sapevate che il merluzzo è un pò come il maiale? Sì perchè del merluzzo non si butta proprio via niente. In Norvegia se ne consuma addirittura la lingua, mentre in alcune zone d'Africa la sua testa è molto ricercata! Altra curiosità: il nome baccalà deriva dal termine fiammingo "kabeljaw", che significa "bastoni di pesce".

Informazioni

Preparazione 30 minuti

Dosi per 4 persone

Difficoltà Facile

la terra di Puglia



ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su
shop.laterradipuglia.it

Sconto del 10%

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

Ingredienti

Filetti (4 Filetti Di Merluzzo Surgelato)

Olio (d'oliva, poco)

Limone

Prezzemolo (1 manciata di prezzemolo)

Sale (1 pizzico di sale)