

Pesce Spada A Bagnomaria

Tagliare il pesce spada in otto fettine piuttosto sottili. Disporli quindi in una cocotta con olio sotto e sopra, aggiungendo l'aglio, il prezzemolo, il succo di limone, sale e pepe. Disporre la farina con acqua sul bordo della cocotta in modo che ponendo sopra il coperchio non possa uscire il vapore. Mettere in forno a bagnomaria, per circa venti minuti. Aprire quando si è portata la cocotta sulla tavola, in modo che il profumo faccia venire l'acquolina.

Ingredienti

800 G Pesce Spada
400 G Olio D'oliva
2 Spicchi Aglio
Prezzemolo Tritato
Succo Di Limone
Sale
Pepe Appena Macinato
100 G Farina

Note

Preparazione: 20 minuti.