CEFALI ALL'EGIZIANA

Ingredienti per 4 persone:

- 4 cefali di 300 gr di peso ciascuno,
- olio,
- sale,
- pepe,
- 2 cipolle,
- 12 pomodori,
- 1/2 cucchiaino di timo,
- 1/2 cucchiaino d'aglio,
- 1 pizzico di zucchero,
- prezzemolo tritato.

Pulire i cefali scartandone la testa.
Infarinarli e cuocerli in olio caldo per 10 minuti.
Salare, pepare e mantenere al caldo.
Nell'olio di cottura soffriggere le cipolle tritate e i pomodori spellati e affettati.
Condire con il timo,l'aglio tritato, lo zucchero, sale e pepe.
Versare la salsa ottenuta sui cefali e cospargerli con prezzemolo tritato.