471. TRIGLIE ALLA LIVORNESE

Fate un battutino con aglio, prezzemolo e un pezzo di sedano; mettetelo al fuoco con olio a buona misura e quando l'aglio avrà preso colore, unitevi pomodori a pezzi e condite con sale e pepe. Lasciate che i pomodori cuociano bene, rimestateli spesso e passatene il sugo. In questo sugo collocate le triglie e cuocetele. Se sono piccole non hanno bisogno d'esser voltate e se il vaso dove hanno bollito distese non è abbastanza decente prendetele su a una a una per non romperle e collocatele in un vassoio.
Poco prima di levarle dal fuoco fioritele leggermente di prezzemolo tritato.
La pesca di questo pesce è più facile e più produttiva di giorno che di notte e la sua stagione, quando cioè è più grasso, è, come si disse, il settembre e l'ottobre.