SGOMBRI IN UMIDO CON PISELLI

Ingredienti per 4 persone:

- 60 g di olio d'oliva,
- sale,
- 1 cipolla,
- prezzemolo,
- 500 g di piselli già sgranati,
- salsa di pomodoro,
- 6 sgombri grandi (o 12 piccoli).

Pulite gli sgombri, togliete teste e spine.
Scaldate in tegame l'olio con la cipolla tritata; mettete dentro gli sgombri, aspettate che prendano colore, spruzzate di sale, unite anche una manciata di prezzemolo tritato.
Date qualche altro minuto di cottura, unite i piselli.
Quando vedete che i piselli sono quasi cotti, unite ancora qualche cucchiaiata di salsa di pomodoro; proseguite fino a raggiungere la cottura, mantecate e servite ben caldo.