

TRIGLIE ALLA VERNACCIA

Ingredienti per 4 persone:

- 1200 g di triglie (pesci da 150 g l'uno),
- 30 g di pangrattato,
- 1 limone,
- 2 bicchieri di vernaccia di Oristano,
- 2 cucchiaini di olio d'oliva extra-vergine,
- sale,
- pepe.

Lavate, squamate e pulite accuratamente le triglie.

Fate scaldare a fuoco vivace l'olio in padella e disponetevi i pesci a cuocere.

Dopo un paio di minuti abbassate la fiamma.

Mescolate il pangrattato con la scorza grattugiata del limone e versate questo composto sulle triglie coprendole il più possibile.

Dopo un altro paio di minuti aggiungete la Vernaccia e continuate la cottura a fuoco moderato per circa 10 minuti.

Salate, pepate e servite calde.