

BOCCONCINI DI NASELLO ALL'OLIO E ORIGANO

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (4 cucchiaini)
- 1 aglio
- sale
- vino bianco (1ml)
- origano (1gr)
- prezzemolo (1gr)
- pepe
- succo di limone (1ml)
- Fiori di Nasello Findus (700gr)

Come si prepara

Rosolare lo spicchio d'aglio in un tegame abbastanza alto da contenere i Fiori di Nasello Findus.

Rosolarli e continuare la cottura sfumando con il vino bianco e il succo di limone.

Aggiungere 200 ml di acqua e con il coperchio proseguire la cottura per 5 minuti.

Prima di servire, aggiungere altro olio extravergine e l'origano.

Difficoltà: 2

Gradimento: 3

Tabella nutrizionale

Valore energetico	107 kcal 448 kJ
-------------------	--------------------

Tags

pesce, bambini, light, surgelati, occasioni