

MERLUZZO GRATINATO AGLI AROMI

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (3 cucchiaini)
- rosmarino
- pangrattato (100gr)
- timo
- alloro
- buccia di limone
- salvia
- Fiori di Merluzzo Findus (800gr)

Come si prepara

Miscelate al pangrattato 3 cucchiaini di olio di oliva e aromatizzarlo a piacere con le spezie in polvere.

Aromatizzate anche con la buccia grattugiata del limone.

Disporre il composto su i filetti ancora surgelati.

Cuocere in forno a 200 gradi per 20 minuti.

Difficoltà: 2

Gradimento: 3

Tabella nutrizionale

Valore energetico	120 kcal 502 kJ
-------------------	--------------------

Tags

pesce, veloce, surgelati, new, feste