

TRIGLIE ALL'ORIGANO

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (4 cucchiaini)
- sale
- un limone
- origano
- triglie (800g)

Come si prepara

Pulire le triglie, squamarle e asciugarle dopo averle lavate.

Coprire con un filo d'olio un tegame da forno.

Salare le triglie e adagiarle sul fondo, condirle con il succo di limone e una spolverata abbondante di origano tritato.

Ungerle anche in superficie con un filo d'olio e metterle in forno già caldo per 10 minuti. Devono cuocere velocemente senza risultare asciutte, ma morbide nella loro salsetta.

Portare in tavola con lo stesso recipiente di cottura.

Difficoltà: 2

Tempo: 60

Tags

pesce, triglie, origano, triglie all'origano