

## TRIGLIE ALLA PIZZAIOLA

### Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (4 cucchiaini)
- aglio
- sale
- origano
- prezzemolo
- triglie (800g)
- pepe nero
- pomodori San Marzano (500g)

### Come si prepara

Pulire le triglie, squamarle e asciugarle. Condirle con poco sale e pepe.

In una padella fare scaldare leggermente l'aglio nell'olio.

Buttare in padella i pomodori a pezzettini con un ciuffo di prezzemolo e l'origano.

Quando il pomodoro h ormai quasi cotto, aggiungere le triglie e farle cuocere solo pochi minuti per parte, girandole con precauzione, quindi portarle in tavola calde.

**Difficoltà:** 1

**Tempo:** 30

### Tags

pesce, pesce azzurro, piatti light, piatti veloci, triglie alla pizzaiola