



Agghiotta di pesce spada - [Visualizza sul sito](#)
di Sconosciuto

Postato da Pappoletta72

secondi piatti - pesce - pesce spada

INGREDIENTI:

4 fette di pesce spada di circa 150 g ciascuna

30 g di pinoli

300 g di pomodori pelati a filetti

8 cucchiaini d'olio

50 g di olive verdi

1 cipolla

1 spicchio d'aglio

30 g di uvetta ammollata

1 cucchiaino di capperi

mezzo cucchiaino di prezzemolo

Sale e pepe

PREPARAZIONE:

Rosolate in un tegame con 6 cucchiaini d'olio la cipolla affettata e l'aglio schiacciato. Unite i pinoli, l'uva sultanina strizzata, i capperi, le olive, i pomodori a filetti e fate cuocere per 15 minuti a tegame coperto. Salate. Nel frattempo lavate ed asciugate le fette di pesce, salatele e pepatele leggermente. Adagiatele in una pirofila con l'olio rimasto, versatevi la salsa e il prezzemolo. Mettete in forno a 180° per 15 minuti. Girate a metà cottura.