

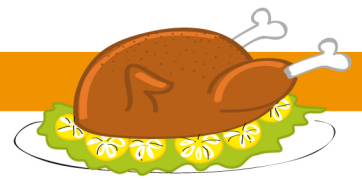


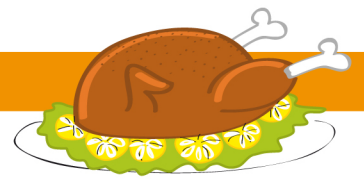
Tajine di pesce - [Visualizza sul sito di line](#)

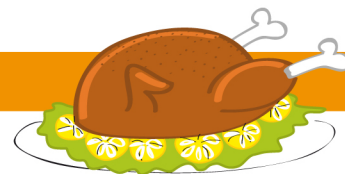
secondo piatto - pesce - peperoni

[immagine non più disponibile]



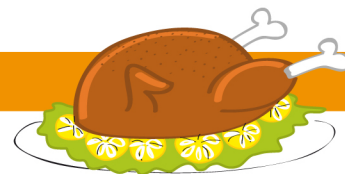






Ingredienti:

- 1 chilo di pomodoro
- 3 peperoni verdi
- 2 rametti di basilico
- 1 porro
- 3 cipolle
- 3 spicchi d'aglio
- 1/2 bicchiere di olio di oliva
- 1/2 cucchiaino di semi di sedano ( in mancanza sostituire con 1 cucchiaio di sedano fresco)
- 1/2 cucchiaino di curcuma
- 6 fetti di cabillaud ( eglefino, merluzzo)
- 1 limone
- sale pepe



tagliare il pomodori in 8, il peperoni a striccia, tagliare grossolamente il basilico, tagliare a rondella il porro, la cipolle finemente, l'aglio con il spremi aglio.

dentro una pentola mettere l'olio di oliva e fare cuocere la cipolla, l'aglio, il porro fare dorare leggermente, poi aggiungere il pomodori, il peperoni a striccia, il sedano, la curcuma, il basilico, sale e pepe.

rimescolare coprire fare cuocere adagio 15 a 20 minuti.

fra tempo tagliare le fette di pesce in 8 e togliere la pelle e la lisca.

disporre le fette di pesce sopra il legumi continuare la cottura sempre adagio a coperto.

irrorare di tanto in tanto il pesce col sugo di cottura.

versare il sugo di limone prima di ritirare il pesce.

eCucinando.it