

Sgombro con pesto di rucola e nocciole

Portata: Secondi di
pesce

Tempo:

Numero persone: 0

Difficoltà: Facile

Ingredienti per 0 persone

- 120 gr filetti di sgombro fresco
- 20 gr rucola
- 10 gr nocciole sgusciate
- ½ limone
- 3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva Bio, Logico Despar
- 1 pizzico di sale

Preparazione

1 - Prepara il pesto tritando con il mixer la rucola lavata e asciugata, un pizzico di sale, l'olio e metà delle nocciole. Trita grossolanamente al coltello le restanti nocciole e tieni da parte.

2 - Posiziona i filetti di sgombro nel cestello per la cottura al vapore. Spremici sopra il succo del mezzo limone e irrori con un cucchiaino d'olio.

3 - Cuoci lo sgombro al vapore coperto per 5 minuti (da quando raggiunge il bollore), poi aggiungi poco sale e continua la cottura per altri 5 minuti senza coperchio.

4 - Una volta cotto, disponilo nel piatto insieme al pesto di rucola e nocciole, e le nocciole tritate. Mescola a piacere.