



## **SGOMBRO CON POMODORI SECCHI**

Ammollare in acqua 50 gr. di pomodori secchi per un'oretta. Strizzarli e tritarli grossolanamente. A parte tritare piuttosto fine una manciata di prezzemolo.

Pulire 2-3 sgombri (circa 1 Kg. e 200 gr. in tutto) e farne dei tranci.

In un piatto mescolare il pangrattato (q.b.) con il succo di 1 limone, i pomodori secchi ed il prezzemolo tritato con un filo d'olio. Aggiungere una spolverata di pepe bianco e regolare di sale. Foderare una pirofila con carta forno, ungerla leggermente con olio d'oliva, sistemare i trancetti di pesce e ricoprirli con il morbido composto preparato. Infornare a 200 °C per 35 minuti circa, coprendoli con carta forno che andrà tolta quando il pesce sarà cotto, gratinando per pochi minuti. Servire con un contorno di piselli passati in padella con una cipollina bianca tagliata a fettine o con carote tagliate a listerelle, cotte in un filo d'olio d'oliva con una foglia di alloro ed uno spicchio d'aglio pestato (da togliere prima di servire). Le carote dovranno essere al dente.