

LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

Triglie al forno (con le patate) ..al fornoo.....sul piatto Crisp!!!!



Difficoltà
facile



Quantità
2 persone



Tempo
30 minuti

Ingredienti

- Triglie - 2 belle grandi
- olio - q.b.
- prezzemolo - un mazzetto
- aglio - 1 spicchio
- pane grattugiato - 2 cucchiari
- sale - q.b.
- pepe - q.b.
- patate - 2 piccole

Preparazione

Comprate delle belle triglie di scoglio. Squamatele ed evisceratele, togliendo loro anche le branchie. Posate sulla teglia o sul piatto Crisp un foglio di carta forno, tagliato a misura. Versate un filo d'olio e un pizzico di sale. Posate le triglie. Tritate finemente il prezzemolo e l'aglio e mischiate con il pane grattugiato, un po' di sale e pepe. Ricoprite le triglie con il composto e poi versate sopra un filo d'olio. Sbucciate le patate e dopo averle tagliate molto sottilmente ponetele attorno alle triglie. Salatele leggermente e versate sopra un filino d'olio. Mettete in forno econ il piatto crisp bastano 6 o 7 min ! Con il forno tradizionale....appena sono dorate!!!!

