



(<https://www.ricetteregionali.net/>)

Triglie ripiene



4 Persone

secondi Categoria

media Difficoltà

40 minuti Tempo

Attrezzatura : **una padella**

Ingredienti

- 16 triglie
- pangrattato
- rosmarino
- olio extravergine d'oliva
- aglio
- 1 limone
- sale
- pepe

Preparazione Triglie ripiene

Passo 1.

Pulite le triglie.

Passo 2.

Tritate insieme aglio e rosmarino, aggiungete il pangrattato, salate e pepate.

Passo 3.

Aggiungete all'impasto dell'olio.

Passo 4.

Farcite le triglie con l'impasto ottenuto.

Passo 5.

Fate soffriggere in una padella qualche spicchio d'aglio, quindi aggiungete le triglie.

Passo 6.

Fate rosolare il pesce da entrambi i lati fino a cottura completa.

Passo 7.

Guarnite il piatto con delle fette di limone.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 01/10/2015
- ✓ **Calorie:** 0 a porzione
- ✓ **Rating:** 4.0 (1 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)