

PESCHERIA CALVISI

RICETTA DEL GIORNO "CAPESANTE GRATINATE"

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

8 Capesante, 100g di pangrattato, pepe nero, sale, olio, scorza di un limone, timo, prezzemolo e maggiorana.

PREPARAZIONE:

In un mixer aggiungete il pangrattato, l'olio, il sale, il pepe, le erbe aromatiche, la scorza di un limone e frullate il tutto. Con queste dosi la vostra panatura sarà umida al punto giusto e non rimarrà asciutta e secca. Ricoprite le capesante con il composto appena preparato e via in forno ventilato preriscaldato a 190° per circa 15 minuti. Sono ottime da servire calde, si possono conservare in frigorifero per un giorno.

BUON APPETITO!

