



## RICETTA: FILETTI DI NASELLO ALLA MENTA E LIMONE



Portata: Secondi piatti
Olio Bertolli: Gentile
Difficoltà: Facile
Tempo di preparazione: 10 min.

### Ingredienti per 4 persone:

- 8 cuori di nasello
- 12 foglie di menta
- il succo di 2 limoni
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cipolla
- 30 g di farina
- sale
- pepe
- 5 cucchiaini di olio extravergine BERTOLLI GENTILE

### Preparazione:



Sbuccia la cipolla e l'aglio e tritali (1), raccogliili in una padella con l'olio extravergine BERTOLLI GENTILE e falli rosolare (2). Passa i filetti nella farina (3).



Aggiungi il pesce al soffritto preparato (4) e rosolalo per 15 minuti circa, facendolo dorare in modo uniforme. Lava e trita la menta e uniscila al pesce (5). Versa 100 ml di acqua tiepida (6), un pizzico di sale e di pepe e continua a cuocere per 20 minuti.



### Olio consigliato:



Gentile

A fine cottura, poco prima di togliere dal fuoco, irrori il nasello con il succo dei limoni filtrato (7), poi fai ridurre un poco il fondo di cottura (8).  
Irrori i filetti di nasello con il fondo di cottura (9) prima di servire.