

Sgombro agli agrumi

INGREDIENTI:

6 filetti di sgombro,

1 arancia succo,

½ limone succo e scorza,

1 cipolla piccola o 1 cipollotto,

1 mazzetto di prezzemolo,

pepe qb,

sale qb,

2-3 cucchiaini di olio evo.

Adagiare i filetti su una teglia con carta da forno.

Preparare un intingolo con succo di arancia, succo e scorza grattugiata del ½ limone e olio e sbattere.

Irrorare i filetti con la salsa di agrumi, salare pepare.

Tagliare finemente la cipolla e il prezzemolo e cospargerli sopra il pesce e lasciare insaporire per 30 minuti.

Scaldare il forno a 200° e cuocere lo sgombro così come è stato preparato per 15-20 minuti.