

INVOLTINI DI PESCE NERO



Difficoltà: alta



Cottura: 35 minuti



Preparazione: 45 minuti



Dosi : per 4 persone

Ingredienti:

600 g di pesce nero (una cernia di fondale)
aglio
prezzemolo
cavolo verza
pomodoro
olive
olio extravergine d'oliva
vino bianco
sale
pepe



Preparazione:

Lavare e sfilettare il pesce. Ottenuta la polpa, salare e pepare. Far sbollentare in acqua salata una foglia di verza per pochi minuti. Scolare e avvolgere la carne del pesce all'interno della verza, arrotolandola su se stessa; fermate l'involtino con uno stecchino.

In padella scaldare un cucchiaio d'olio con un ciuffetto di prezzemolo e uno spicchio d'aglio tritati. Far rosolare l'involtino da ambo i lati, sfumare di vino bianco e quindi aggiungere la passata di pomodoro e le olive. Lasciar cuocere per circa un quarto d'ora.

