

Arselle in teglia

Le ricette di pesce su RicetteItalia.org

Per 4 persone:

1000 g arselle
acqua
sale
1/2 bicchiere olio d'oliva
1 cipolla
1 costa sedano
1 mazzetto prezzemolo
2 cucchiai salsa di pomodoro
pepe
noce moscata
1/2 cucchiaino paprica
200 g crostini di pane tostati

Preparazione

Lavate bene le arselle, poi mettetele sul fuoco con poca acqua salata e lasciatevele per circa 10 minuti; quindi scolatele, raccogliendo la loro acqua di cottura in una ciotola. Filtrate attraverso un telo questo liquido e tenetelo da parte. Mettete sul fuoco un tegame con l'olio e ponetevi ad appassire un trito fatto con la cipolla, il sedano e il prezzemolo. Dopo qualche minuto unite al soffritto le arselle e la loro acqua di cottura, in cui avrete diluito la salsa di pomodoro. Regolate di sale e di pepe e insaporite con un pochino di noce moscata grattugiata e con la paprica. Coprite il tegame e fate cuocere dolcemente per circa 20 minuti. Disponete i crostini di pane in quattro ciotoline di terracotta e versatevi sopra le arselle con il loro intingolo, quindi servite ben caldo.

[Ricette Italia - Le tue ricette di cucina online.](#)

<http://www.ricetteitalia.org>