

Cartoccio di nasello al pomodoro

Le ricette di pesce su RicetteItalia.org

Per 4 persone:

1 rametto alloro
1 rametto timo
pepe
sale
1 rametto timo
2 spicchi aglio
1 costa sedano
1 cipolla grande
50 g burro
3 cucchiaini olio d'oliva
1 peperone verde
500 g pomodori maturi
4 fette nasello (fette da 200 g)

Preparazione

Fate bollire dell'acqua in una pentola. Sbollentate i pomodori dieci secondi, poi passateli sotto l'acqua fredda e pelateli. Tagliateli in quattro. Lavate e asciugate il peperone; tagliatelo in due, toglietegli le parti bianche e i semi, tagliatelo a listerelle fini. Togliete i fili alla costa di sedano, grattate la carota e pelate la cipolla. Tagliate tutto a fettine. Mondate e schiacciate l'aglio. Scaldate l'olio in una casseruola dal fondo spesso. Aggiungete la cipolla, la carota, il peperone e il sedano. Fate saltare cinque o sei minuti a fuoco moderato girando con un cucchiaio di legno. Aggiungete i pomodori, l'aglio, il mazzetto guarnito, sale e pepe. Lasciate cuocere quindici minuti circa, girando di tanto in tanto. La salsa deve essere densa. Nel frattempo scaldate il forno a 200 gradi. Salate e pepate leggermente le fette di nasello. Scaldate il burro in una padella larga. Rosolate le fette di pesce uno o due minuti da ogni parte, poi sgocciolatele e mettetele da parte. Ritagliate otto grandi quadrati di foglio di alluminio. Una volta cotta la salsa, togliete il mazzetto guarnito. Disponete le quattro fette di nasello in mezzo a quattro quadrati di alluminio. Ricoprite di salsa e coprite con gli altri quattro quadrati di alluminio. Sigillate i cartocci. Potete preparare questa ricetta anche con tranci di eglefino o di merluzzo al posto del nasello. Potete inoltre cuocere i cartocci alla griglia. Vini consigliati: Colli orientali del Friuli Sauvignon.

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

<http://www.ricetteitalia.org>