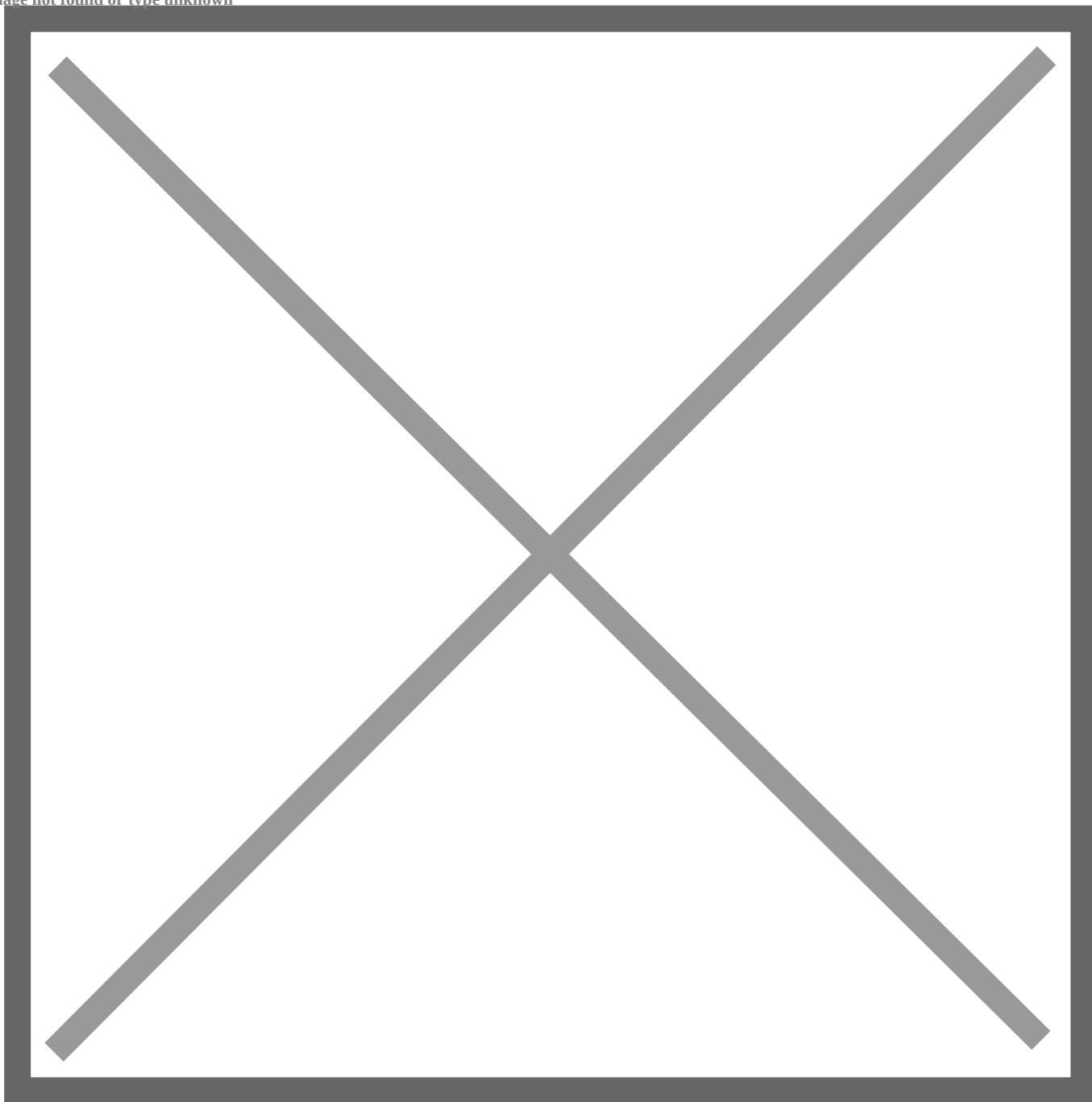


Rombo ai carciofi

Image not found or type unknown



Ingredienti per 4 persone

- rombo da 1,2 kg
- 4 carciofi
- 100 g di farina 00
- bicchiere di Vernaccia di Oristano

- €€€€€€€€ cucchiaino di salsa di pomodoro
- €€€€€€€ spicchio di aglio
- €€€€€€€ bustina di zafferano
- €€€€€€€ prezzemolo
- €€€€€€€ 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- €€€€€€€ sale

Esecuzione

Pulire il pesce dal ventrale e sfilettarlo; in una padella capiente far rosolare l'aglio nell'olio extravergine di oliva, aggiungere i carciofi in precedenza puliti e tagliati a fettine, lasciar andare a fuoco moderato per circa 5 minuti, poi versare la salsa di pomodoro e la Vernaccia e farla evaporare un attimo. A questo punto adagiare il pesce nella padella dopo averlo infarinato, aggiungere 2 bicchieri di acqua. il prezzemolo, il sale, cospargere sopra lo zafferano, coprire il tutto e far cuocere a fuoco lento per circa 15-20 minuti.