

Filetti di merluzzo con carciofi



Non sempre per cena si ha il tempo di preparare dei piatti elaborati e tenere sempre nel congelatore gli ingredienti giusti è un'ottima ancora di salvezza.

Il piatto di oggi infatti è preparato con ingredienti congelati, pronti all'uso, ma non per questo meno buoni.

La particolarità del piatto sta nell'abbinamento di ingredienti insoliti, ma l'esperimento è ben riuscito.

Ingredienti per 2 persone

300 g di carciofi surgelati

400 g di filetti di merluzzo

2 cucchiaini di olive taggiasche

1 cucchiaino di capperi

Olio

sale

Per prima cosa mettere i carciofi in un padella con un filo di olio e un pochino di acqua. Aggiungere le olive e i capperi e cuocere per circa 10/minuti, fino a che i carciofi si ammorbidiscono.



Trasferire i carciofi in un piatto e tagliarli a spicchi.

Adagiare i filetti di merluzzo nella padella, aggiungere i carciofi e un filo di olio.

Cuocere per circa 15 minuti e se necessario aggiungere un pochino di acqua durante la cottura.



Pochi minuti i filetti di merluzzo con carciofi saranno pronti.

Una ricetta salvacena, semplice, veloce ma gustosa!!!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri secondi e contorni](#)

[Vedi tutte le ricette](#)