

# SGOMBRI MARINATI CON PATATE

By Menclossi Daniela



---

**Preparazione :** 30 min - **Riposo :** 15 min - **Cottura :** 25 min - **Materiale :** -

---

## **Ingredienti :** 4 PERSONE

- SGOMBRI MARINATI CON PATATE - 4 Sgombri sfilettati - 4 Patate medie - 1 Spicchio d'aglio -  
Prezzemolo tritato - 1 Limone - 15 Pomodorini - Germogli di barbabietola - sale, pepe, olio evo - 1/2  
Bicchiere vino bianco - POMODORI CONFIT - Pomodotini - Sale, pepe, zucchero di canna, aglio

---

## SGOMBRI MARINATI CON PATATE

1. Tagliare le patate a cubetti, posizionarli nella vaporiera e cuocere programma VAPORE
2. Nel frattempo marinare con olio, aglio, prezzemolo e scorza di limone i filetti di sgombri per circa 20 minuti
3. Togliere le patate, schiacciarle e condirle con sale e un filo d'olio nel frattempo aromatizzare l'acqua per la cottura a vapore con un pezzo di limone del prezzemolo e 1/2 bicchiere di vino bianco
4. Foderare il cestello e il vassoio con carta da forno bagnata e strizzata
5. Adagiare i filetti di sgombro e cuocere il programma VAPORE, 12/15 minuti
6. Comporre il piatto con patate filetti pomodorini confit
7. E per finire i germogli di barbabietola

## POMODORI CONFIT

1. Tagliare i pomodorini a metà posizionarli su una teglia da forno con il taglio rivolto verso l'alto rivestita da carta forno, condire con un filo d'olio zucchero di canna, sale timo e pepe.

2. Cuocere in forno a 140 gradi per circa un ora e mezza

Cook Expert ■

Le ricette degli internauti non sono testate nuovamente dalla Magimix.

Autore : Menclossi Daniela