

Sgombro al vapore



Ingredienti (per 1 porzione)

120 g di filetti di sgombro fresco
1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva Bio, Logico Despar
sale

Procedimento

1. Posiziono i filetti di sgombro nel cestello per la cottura al vapore e irroro con un cucchiaio d'olio.
2. Cuocio lo sgombro al vapore coperto per 5 minuti (da quando raggiunge il bollore), poi aggiungo poco sale e continuo la cottura per altri 5 minuti senza coperchio.