FILETTI DI MERLUZZO ATLANTICO CON CIPOLLE DI TROPEA AL CARTOCCIO

25'

5

INGREDIENTI

1 busta di Filetti di Merluzzo Atlantico Arbi 800g
3 cipolle di Tropea di medie dimensioni
20 pomodori datterini
5 cucchiai di capperi sotto aceto
30 olive
erbe aromatiche (origano, basilico, rosmarino) qb
olio extravergine di oliva qb
sale e pepe qb

1 Decongela i filetti di merluzzo atlantico sotto acqua corrente fredda. Nel frattempo preriscalda il forno a 210°C. Disponi i filetti di merluzzo a coppie in fogli di carta da forno sufficientemente capienti.

2 Pulisci e lava le cipolle, quindi tagliale alla julienne. Disponile poi sui filetti di merluzzo, aggiungi quindi i pomodori datterini tagliati a metà, insieme ai capperi e alle olive.

3 Condisci il tutto con sale, pepe e olio extravergine di oliva. Aggiungi a piacere origano, basilico o rosmarino.

4 Chiudi "a caramella" legando le estremità della carta da forno con spago da cucina

5 Inforna per 13-15 minuti

6 A cottura ultimata, porta in tavola il cartoccio oppure aprilo e disponi i filetti su un piatto da portata.