

Pescatrice in umido con crostini di pane ai semi di papavero



Tempo di preparazione: 25 min.

Difficoltà: Media

Ingredienti (4 persone)

• Ingredienti

- Polpa Fine 3x400g 400 g
- Aglio 1 spicchio
- Capperi dissalati 80 g
- Olio extra vergine di oliva 20 g
- Pane ai semi di papavero 8 fette - 240 g
- Pepe qb
- Rane pescatrici 4, 500 g con osso e coda, 400 gr pulite
- Sale qb
- Semi di papavero 1 manciata o 10 g
- Vino frizzante 1 bicchiere o 100 g

Per questa ricetta abbiamo usato:



Preparazione

Scaldare in una padella antiaderente un filo di olio e uno spicchio di aglio e cuocere le fette di rana pescatrice pulite e tagliate a fette su ogni lato, quindi aggiungete i capperi e i semi di papavero. Sfumate con un bicchiere di vino frizzante e lasciatelo evaporare.

Aggiungete la **Polpa Fine Pomì** e lasciate cuocere per 15 minuti circa.

Mettete in una fondina la rana pescatrice in abbondante salsa, con 2 fettine di pane ai semi di papavero precedentemente tostati in forno o in padella e servite.