

## Rombi del Beppe all'isolana

Scritto da Administrator

Giovedì 08 Dicembre 2016 10:59 - Ultimo aggiornamento Giovedì 08 Dicembre 2016 11:11

---



## Rombi del Beppe all'isolana

Scritto da Administrator

Giovedì 08 Dicembre 2016 10:59 - Ultimo aggiornamento Giovedì 08 Dicembre 2016 11:11

---

Devi preparare verdure miste, più varietà ne metti e meglio è, vanno tagliate a julienne, devi fare uno strato di verdure di almeno 5 centimetri, mescola le verdure con un filo di olio e sale quanto basta, stendi sopra i rombi e copri solo il pesce con carta stagnola. Informa per mezzora a 200° senza mai aprire il forno, dopodiché si toglie dal forno, si pulisce il pesce da pelle e lisca e si serve sulle verdure. Se hai una teglia da portata in cui cuocere è meglio perché mentre pulisci il pesce lasci cadere la polpa sulle verdure.

inviata da Beppe il 2 dicembre 2016