



CUCINA CON NOI!

Filetto di orata al profumo di arancio e asparagi al pepe nero

INGREDIENTI

0 'Ωhappe `e kn]p] `] -4, c h#qjk

600 g di **Asparagini Orogel**

4 cucchiaini di succo d'arancia

la buccia di un arancio

vino bianco secco

olio extravergine di oliva

sale



60



4



Facile



Secondi Piatti

Preparazione

1

Preparazione
1. Pulire il pesce con un panno umido e scolarlo. Pulire l'olio di oliva extravergine, salare e pepare.

2

2. Lavare le patate e tagliarle a cubetti. Salare leggermente la parte della pelle verso il basso, salare leggermente.

3

3. In una ciotola versare un cucchiaio abbondante di olio d'oliva e il succo d'arancia e mescolare energicamente. Irroriare il pesce col sughetto e spruzzare con il vino bianco. Passare in forno caldo a 180 °C per 10 minuti circa, unire gli asparagi e lasciare cuocere per alcuni minuti.

4

4. Aggiungere il pepe nero macinato a un mulino. Per ultimo una macinata di pepe nero a mulino.

