



CUCINA CON NOI!

# Fantasia di mare al vapore con Misto Benessere

## INGREDIENTI

900 g di Misto Benessere Orogel

---

2 filetti di sogliola

---

12 gamberi grossi

---

4 mazzancolle

---

olio di oliva ligure delicato

---

qualche goccia di limone

---

sale e pepe

---





30



4



Facile



Secondi Piatti

#### Preparazione

- 1 In una teglia bassa fare bollire l'acqua leggermente salata con alcune gocce di limone.
- 2 Pulire e lavare bene il pesce, sgusciare i gamberi e le mazzancolle. Cuocere con attenzione il pesce nell'acqua bollente con il limone, avendo cura che non si rompa: i gamberi e le mazzancolle avranno circa 4 minuti di cottura, mentre la sogliola circa 3 minuti.
- 3 In un'altra pentola con acqua bollente salata lessare per 6 minuti il Misto Benessere Orogel.
- 4 Comporre il piatto e condire con un pizzico di sale, pepe bianco e olio extravergine di oliva delicato della Liguria.

