

# Pesce al cartoccio al forno

pesce intero (orata/branzino/trota/ecc.)

rosmarino

salvia

menta

sale (solo per pesci d'acqua dolce)



**FACILEeBUONO**

In modo semplice e veloce



Acquistiamo pesci squamati ed eviscerati.

Sciacquiamoli bene sotto il getto d'acqua e asciugiamoli.

Adagiamo le spezie sopra e dentro il pesce, avvolgiamoli singolarmente con carta da forno formando un cartoccio.

Cuociamo in forno preriscaldato a 200° per 25 minuti.

Per pesci di dimensioni maggiori aumentiamo il tempo di cottura e verifichiamo che siano ben cotti anche al centro.

*Come cucinare il pesce al cartoccio al forno in modo semplice e veloce. Avvolgerlo solo in carta da forno e rispettare il tempo di cottura.*

## L'orata

Al momento dell'acquisto verificare se si tratta veramente di un'orata (riconoscibile dall'evidente striscia color oro posta orizzontalmente tra gli occhi).

L'orata è un pesce presente in tutte le coste del Mediterraneo, ma si trova anche d'allevamento.