

CODA DI ROSPO AL VAPORE

Ingredienti per 4 persone:

- 1 coda di rospo di 1000 g
- 1 limone
- 1 ciuffo di prezzemolo
- sale
- 1 macinata di pepe in grani
- 1 cucchiaio di olio d'oliva dietetico

In una casseruola portare ad ebollizione 200 cl d'acqua, appoggiarvi sopra l'apposita griglia per la cottura a vapore e adagiarvi la coda di rospo cosparsa di prezzemolo tritato.

Chiudere la casseruola con l'apposita bacinella capovolta con l'impugnatura a ventosa.

Cuocere a fiamma bassa per circa 20 minuti; servire tutto freddo con un filo di olio dietetico, una macinata di pepe e spicchi di limone.