
FILETTO DI PESCE PERSICO ALLA MENTA

Ingredienti per 4 persone:

- 500 g di filetti di pesce persico surgelati
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- farina
- 1 ciuffo di menta
- 1 spicchio di aglio
- sale
- pepe

Fate scongelare i filetti di pesce a temperatura ambiente per circa tre ore, quindi divideteli, passateli nella farina schiacciandoli bene da ambo i lati e spolverizzateli con un poco di sale e un po' di pepe possibilmente appena macinato. Sistemate i filetti senza sovrapporli in una capace padella, irrorateli con il vino diluito con un poco di acqua e spolverizzate tutto con l'aglio tritato il piú finemente possibile.

Ponete tutto su fuoco medio e lasciate cuocere i filetti di pesce persico girandoli di tanto in tanto per circa 10 minuti affinché cuociano perfettamente senza attaccare.

A cottura ultimata unite anche il ciuffo di menta tritato finemente.

Servite, su un piatto di servizio, i filetti ben coperti con il loro fondo di cottura.