

# NASELLO IN TEGAME

Ingredienti per 4 persone:

- 1 nasello da 1000 g
- 200 g di pomodori
- 2 carote
- 2 scalogni
- 1 porro
- 1 costa di sedano
- prezzemolo
- timo
- 1 cucchiaino di senape
- 10 olive nere snocciolate
- aglio
- 2 cetriolini sott'aceto
- 1 cucchiaio capperi
- 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- olio d'oliva
- sale
- pepe

Pulite il pesce, eliminate testa e coda, tagliatelo a trance.

Mondate e tagliate a fettine sottili gli scalogni e la parte bianca del porro; tagliate a pezzetti una costa di sedano ben sfilettata e le carote.

In un tegame scaldate due cucchiai d'olio e insaporitevi scalogni, porro, sedano, carote, aglio, i restanti odori e fate appassire a fuoco moderato.

Scottate i pomodori in acqua bollente, sbucciateli, eliminate i semi, tritate la polpa.

Versate nel tegame mezzo bicchiere di vino, lasciatelo evaporare, poi unite un cucchiaino di concentrato di pomodoro sciolto in poca acqua calda, la polpa di pomodoro tritata, salate e pepate.

Cuocete a fiamma moderata per circa 20 minuti mescolando ogni tanto.

Aggiungete un cucchiaio di capperi, dieci olive nere snocciolate, due cetriolini sott'aceto a rondelle e un cucchiaino di senape.

Proseguite la cottura per altri 5 minuti.

In una padella antiaderente scaldate due cucchiai d'olio, rosolatevi le trance di nasello, salatele, pepatele, passatele nel recipiente delle verdure e cuocetele per 10 minuti.

Servite.