

PALOMBO ALLE VERDURE

Ingredienti per 4 persone:

- 4 trance di palombo
- 4 pomodori
- 3 zucchine
- 3 carote
- 1 melanzana
- 2 cipolle
- alcune foglie di basilico
- 3 cucchiaini di olio d'oliva
- sale
- pepe

Pulite tutte le verdure, tagliate a fettine le cipolle e a dadini melanzane, zucchine, carote e pomodori.

In un tegame scaldate tre cucchiaini d'olio e insaporitevi prima le cipolle, poi le melanzane, le carote, le zucchine e, infine, i pomodori.

Dopo 10 minuti adagiate le trance di pesce sulle verdure.

Salate, pepate e cuocete per 20 minuti.

Disponete nel piatto da portata il pesce con le verdure, decorate con foglie di basilico.