

TRANCI DI SPADA RUSTICI

Ingredienti per 4 persone:

- 4 tranci di pesce spada,
- 8 pomodorini sott'olio,
- 2 peperoncini non troppo piccanti,
- 1 rametto di basilico,
- 2 cucchiaini di aceto di vino,
- 2 cucchiaini di olio d'oliva extra-vergine,
- sale.

Sgocciolate i pomodorini sott'olio e tagliateli a listelle sottili.

Tagliate nello stesso modo anche i peperoncini e le foglie di basilico.

Scaldate il forno a 180 gradi.

Preparate sul piano di lavoro 4 fogli di alluminio che possano contenere le fette di pesce e versate su ognuno un goccio di olio.

Posatevi i tranci, condite con l'aceto e ancora pochissimo olio, salate e cospargete con i pomodorini, i peperoncini e il basilico.

Richiudete i cartocci in modo che nella parte superiore non siano a contatto con il pesce.

Passate in forno e cuocete per 15 minuti di cottura.

Togliete dal forno, fate sgocciolare il liquido all'interno e servite (se volete senza eliminare il cartoccio) accompagnando per esempio con una salsa di pomodoro fresco.