

Le ricette di Max

Filetti di sogliola alla Francese

Tempo di realizzazione 10 minuti

Ingredienti per 2 persone:

4 filetti di sogliola freschi, burro, ½ bicchiere di prosecco. Per la salsa: tre pomodori pelati freschi, 2/3 foglie di basilico, un po' di crema di latte. Sale e pepe q.b.

- 1) Lavare bene i filetti, lasciando la pelle da un lato (per evitare che si rompano)
- 2) Infarinarli leggermente (facoltativo)
- 3) Passarli per 2 minuti nel burro caldo da entrambi i lati
- 4) Salarli e finire la cottura con il vino che si dovrà asciugare tutto, altri 4 minuti
- 5) Per la salsa
- 6) Pelare i pomodori (eventualmente sbollentarli un attimo per favorire l'operazione)
- 7) Aggiungere in un frullatore i filetti di pomodoro, il basilico e la panna , aggiustare di sale e pepe

Servire freddo o a temperatura ambiente accompagnandolo con il prosecco.

La salsa deve avere un colore rosato vivo ed un profumo fresco. I francesi usano molto la panna, se volete alleggerire il piatto usare del latte, ma non garantisco il risultato.

Anche l'aggiunta di un niente di peperoncino, se piace, va bene.