

Filetti di cernia in salsa all'arancia



Ingredienti per 4 persone

- 4 filetti cernia
- 4 arance
- 1 cucchiaio di zucchero
- 60 g burro
- Olio evo, sale, pepe q.b.

PREPARAZIONE:

Disporre in pentola la scorza grattugiata di un'arancia ed il succo di 3 arance, lo zucchero, coprire con MC e portate a bollore a fiamma media, poi abbassare la fiamma e far ridurre la salsa, spegnere, aggiungere il burro, il pepe, mescolare, togliere la salsa dalla pentola e tenerla da parte. Nella stessa pentola versare un giro d'olio, adagiare i filetti di cernia, coprire con MC e cuocere 2/3 min a fiamma viva, regolare di sale ed unire la salsa all'arancia, coprire con MC e proseguire la cottura per 3/4 min a fiamma bassa. Spegnere il fuoco e lasciare 2/3 min in autocottura con MC. Servire nappando i filetti con il fondo di cottura.

Lorena Vecchini