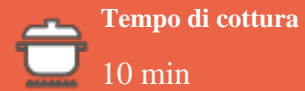
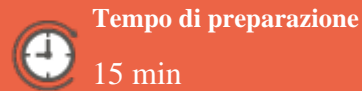


## Nasello con salsa al limone e broccoli - Pesce



### Ingredienti

**DOSI PER  
4 porzioni**

800 g di filetti di Nasello

2 Limoni bio

400 g di Broccoli

40 g di Farina

2 Tuorli

80 g di Burro

80 ml di Panna fresca

100 ml di Brodo vegetale

Prezzemolo fresco

Sale

Pepe

### Preparazione



- Mondate e lavate i broccoli conservando solo le infiorescenze (il gambo centrale e i 'rametti' laterali teneteli da parte per altre preparazioni).
- Lessateli a vapore, mettendoli quando l'acqua bolle, per circa 8 minuti (devono restare croccanti). Scolateli e metteteli da parte, in caldo.
- Nel frattempo ponete i filetti di nasello tra due fogli di carta da forno, appiattiteli leggermente con la parte liscia del batticarne, facendo molta attenzione a non romperli, quindi infarinateli appena.
- In una padella capiente fate sciogliere il burro e appoggiatevi i filetti. Fateli rosolare da un lato per circa 4 minuti a fiamma moderata e girateli con una spatola piatta perché non si rompano; salate, pepate e terminate la cottura per altri 3-4 minuti circa. Usando una paletta piatta trasferite i filetti su un piatto grande e teneteli in caldo.
- Sbattete i tuorli leggermente con una forchetta; aggiungete il succo dei limoni, il brodo, la panna e un pizzico di sale, continuando a mescolare perché tutto si amalgami bene.
- Versate nella padella la salsa preparata e scaldatela per qualche minuto, rimestando sempre, finché si sarà ben addensata; alla fine unite un pizzico di scorza di limone e del prezzemolo tritato.
- Nappate il pesce con la salsa al limone e servitelo insieme ai broccoli caldi.

## I consigli di Carla

---

- Se volete potete sostituire 1 limone con 1 arancia, il gusto sarà leggermente più dolce e sempre molto aromatico.