

Linguine sogliola e zucchini

Scritto da Cristina Bruno

Giovedì 10 Ottobre 2013 08:26 - Ultimo aggiornamento Giovedì 10 Ottobre 2013 08:32

Linguine sogliola e zucchini

Le sogliole sono un pesce facile da cucinare e da sfilettare. Perché non provare a usarle come condimento di una pasta, magari insieme ad una verdura come le zucchini?



Dosi per quattro persone: 400 gr di linguine, 400 gr di zucchini trifolate, 2 sogliole, olio, sale, aglio, prezzemolo.

Lavare, tagliare e cuocere le zucchini con un soffritto di olio, aglio e prezzemolo. Pulire le sogliole, arrostarle e sfilettarle. Cuocere la pasta e condirla con le zucchini e le sogliole. Servire calda.