

# Le Ricette

Tutto il buono del mondo in un blog

## cotolette di palombo

Strawberry · Thursday, October 30th, 2014

- **Ingredienti:**(4 persone)

4 tranci di palombo di 200gr ciascuna

- 2dl di aceto di vino bianco
- 20gr di farina
- 1dl olio per friggere
- un limone
- un rametto di rosmarino
- sale pepe

### Preparazione:

Eliminate la pelle e la vertebra centrale, lavate e asciugate bene i tranci di palombo. Disponete i tranci in un ampio contenitore, spruzzateli con l'aceto e lasciateli marinare per 5 minuti, sgocciolateli, asciugateli e passateli nella farina. Fate scaldare l'olio in una padella, quando l'olio è bollente adagiatevi le fette di palomoe fatelo dorare da entrambi i lati. Sgocciolateli e fate asciugare su carta da cucina. Salate e pepate le cotolette e sevitale a piacere su un letto d'insalata, con fettine di limone e un rametto di rosmarino

This entry was posted on Thursday, October 30th, 2014 at 4:57 pm and is filed under [Italiane](#), [Ricette](#), [Secondi](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.