

# Le Ricette

Tutto il buono del mondo in un blog

## Pesce spada con pomodorini olive e capperi

Strawberry · Wednesday, August 24th, 2011

### Ingredienti:(4 persone)

- 700gr pesce spada tagliato a fette
- 200gr olive nere snocciolate
- 50gr capperi sotto sale
- 200gr pomodorini pachino
- mezza cipolla
- una crosta di sedano
- farina
- olio extravergine
- sale

### Preparazione:

Lavate e tagliate a metà i pomodorini, lavate e tagliate a dadini il sedano e la carota, sciacquate i capperi per togliere il sale. In una padella ampia, sminuzzate la cipolla, il sedano e la carota, copriteli con l'acqua e fatela evaporare, a questo punto aggiungete un filo di olio e lasciate imbiondire la cipolla, dopo qualche minuto aggiungete i capperi, le olive e i pomodorini, coprite e lasciate cuocere per circa 10 minuti. Passate le fette di pesce spada nella farina, cuocetele in una padella da entrambi i lati per circa tre minuti, disponeteli su di un piatto da portata e coprite con il sugo preparato.

This entry was posted on Wednesday, August 24th, 2011 at 5:41 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.

