

ΨΑΡΙ ΑΛΑ ΣΠΕΤΣΙΩΤΑ



- ½ κιλό σφυρίδα ή συναγρίδα σε φέτες
- 250 γραμμ. τοματάκι φιλοκομμένο Primo Gusto Tomatini με κρεμμύδι
- 150 γραμμ. λάδι
- 3 κουτ. Σούπας συμπυκνωμένο χυμό τομάτας primo Gusto Tomatini Super
- 1 ποτ. κρασιού κρασί άσπρο αρετσίνωτο
- 3 σκελίδες σκόρδο φιλοκομμένο
- 3 κουτ. σούπας γαλέτα
- 3 κουτ. σούπας μαϊντανό φιλοκομμένο
- 2 λεμόνια
- 1 πιπεριά πράσινη κομμένη σε λεπτές ροδέλες
- αλάτι, πιπέρι

Αλείφουμε με λάδι ένα ταψάκι και τοποθετούμε τις φέτες του ψαριού αλατισμένες. Βάζουμε σε ένα μπολ το λάδι, το σκόρδο, το χυμό από τα λεμόνια, το κρασί, τον τοματοχυμό διαλυμένο σε ½ φλιτζανάκι νερό, αλάτι, πιπέρι και τα κτυπούμε να γίνουν μείγμα. Πάνω από κάθε φέτα ψαριού βάζουμε μια κουταλιά από τη σάλτσα, γαλέτα και μαϊντανό. Όση σάλτσα περισσεύει την ρίχνουμε μέσα. Ψήνουμε σε φούρνο μέτριο για 40'. Στα 20' πάνω σε κάθε κομμάτι τοποθετούμε 1 ροδέλα πιπεριά και 1 κουτ. σούπας φιλοκομμένο τοματάκι. Κατά τη διάρκεια του ψησίματος το ανοίγουμε μία – δύο φορές και περιχύνουμε το ψάρι με σάλτσα.

Tip

Για μεγαλύτερη νοστιμιά, μπορείτε να τοποθετήσετε από την αρχή μία λεπτή ροδέλα κρεμμύδι, πάνω σε κάθε φέτα ψαριού.

Χρόνος Προετοιμασίας :15'

Χρόνος Ψησίματος:40'

Άτομα :4

Βαθμό δυσκολίας :*

Προτεινόμενο κρασί : Λευκό Chardonnay