{loadposition myposition1}

<<<torna indietro

Ingredienti:

filetti di merluzzo
foglie di spinaci, 200 gr.
cipolla, mezza piccola
aglio, 1 spicchio piccolo
succo di limone, q.b.
sale e pepe, q.b.

Preparazione:

Sminuzzate finemente l'aglio e la cipolla.
Sistemate il trito in una pirofila ovale.
Aggiungeteci gli spinaci Coprite con della pellicola trasparente.
Cucinate per 3-4 min. alla massima potenza.
Spostate gli spinaci verso l'esterno.
Posate al centro i filetti di merluzzo.
Innaffiate con del succo di limone.
Coprire.
Cucinate per 10 min. alla massima potenza.
Fate riposare 2 min.
Servite.