

## Orata al Valcalepio Bianco

<b>Portata</b>	<b>Zuppe</b>	<b>Quantità</b>	<b>1</b>			<b>pax</b>	<b>4</b>
----------------	--------------	-----------------	----------	--	--	------------	----------

<b>Ingredienti</b>	<b>Preparazione</b>																		
<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 60%;">Orata</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">gr</td> <td style="width: 30%; text-align: right;">1000</td> </tr> <tr> <td>Olio Extravergine</td> <td style="text-align: center;">gr</td> <td style="text-align: right;">80</td> </tr> <tr> <td>Sale</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Pepe</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Aglio in camicia</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Valcalepio Bianco</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Orata	gr	1000	Olio Extravergine	gr	80	Sale			Pepe			Aglio in camicia			Valcalepio Bianco			<ul style="list-style-type: none"> <li>-Squamare e pulire l'orata togliendo ogni residuo di sangue dalla pancia</li> <li>- Condire con sale , pepe ed uno spicchio di aglio in camicia la pancia del pesce</li> <li>- Adagiare in una teglia da forno, cospargere con l'olio EVO e irrorare a freddo con un Valcalepio bianco</li> <li>Cuocere in forno già caldo a 160° per 25-30 min. Verificando la cottura al cuore con un termometro (54°)</li> </ul>
Orata	gr	1000																	
Olio Extravergine	gr	80																	
Sale																			
Pepe																			
Aglio in camicia																			
Valcalepio Bianco																			

Allergeni

Pesce  
Solfiti nel vino

Valore nutritivo x porzione

486 k