

**Filetti di triglia  
dorati al pane verde,  
mugnuli selvatici  
di campo Spirito  
Contadino  
e strascicati all'olio  
extra vergine**

MASSIMILIANO MASCIA



*Agli*



## **Filetti di triglia dorati al pane verde, mugnuli selvatici di campo Spirito Contadino e strascicati all'olio extra vergine**

### **INGREDIENTI PER 4 PERSONE:**

2 triglie di scoglio da 100 g l'una • **200 g mugnuli selvatici di campo Spirito Contadino** • peperoncino fresco • aglio • olio evo • 300 g pan brioche • erbe miste

### **Procedimento:**

squamare, eviscerare e sfilettare le triglie, togliere con cura tutte le spine e tenere in fresco.

Sbollentare i mugnuli selvatici di campo in acqua bollente per alcuni minuti e strascicarli in padella con olio, aglio e peperoncino, aggiustando di sale.

In una teglia con carta da forno versare un filo di olio ed appoggiarvi le triglie, coprire con il pan brioche frullato con le erbe e cuocere in forno a 200°C per 3 minuti.

MASSIMILIANO MASCIA