

SECONDI DI PESCE

Crostata di mare

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

40 min

COTTURA

25 min

CALORIE

513 kcal

Ingredienti per 4 persone

Pasta sfoglia surgelata	1 confezione
Filetti di sgombro	300 g
Peperoni gialli	2
Pomodori maturi	3
Spicchi d'aglio	2
Olio d'oliva extra-vergine	10 cl
Farina bianca	
Origano	
Sale	
Pepe	
Prezzemolo riccio (per decorare)	alcuni ciuffi

Preparazione

- 1 Scongela per tempo la pasta a temperatura ambiente: con il mattarello tiratela in una sfoglia sottile sulla spianatoia infarinata e con essa rivestite una tortiera a bordi ondulati leggermente spolverata di farina.
- 2 Mondate i peperoni dei semi e delle coste bianche interne, tagliateli a falde. Cuocete separatamente i peperoni e i filetti di sgombro in 30 g d'olio e 1 spicchio d'aglio intero, che poi eliminerete.
- 3 Salate e pepate. Scottate i pomodori in acqua bollente, divideteli a spicchi. Riempite la tortiera con i peperoni e lo sgombro disposti a settori alternati.
- 4 Al centro mettete gli spicchi di pomodoro. A piacere potete pelare e privare dei semi sia i pomodori che i peperoni. Irrorate la superficie della crostata con l'olio rimasto versato a filo.
- 5 Preriscaldate intanto il forno a 180 gradi. Spolverizzate la crostata di origano secco e cuocete in forno per 25 minuti circa. La pasta alla fine dovrà risultare ben cotta e dorata.

6

Decorate con ciuffetti di prezzemolo riccio e servite subito ben caldo. Se volete, potete fare una torta chiusa, riempiendo la pasta con tutti gli ingredienti legati con un po' di besciamella.