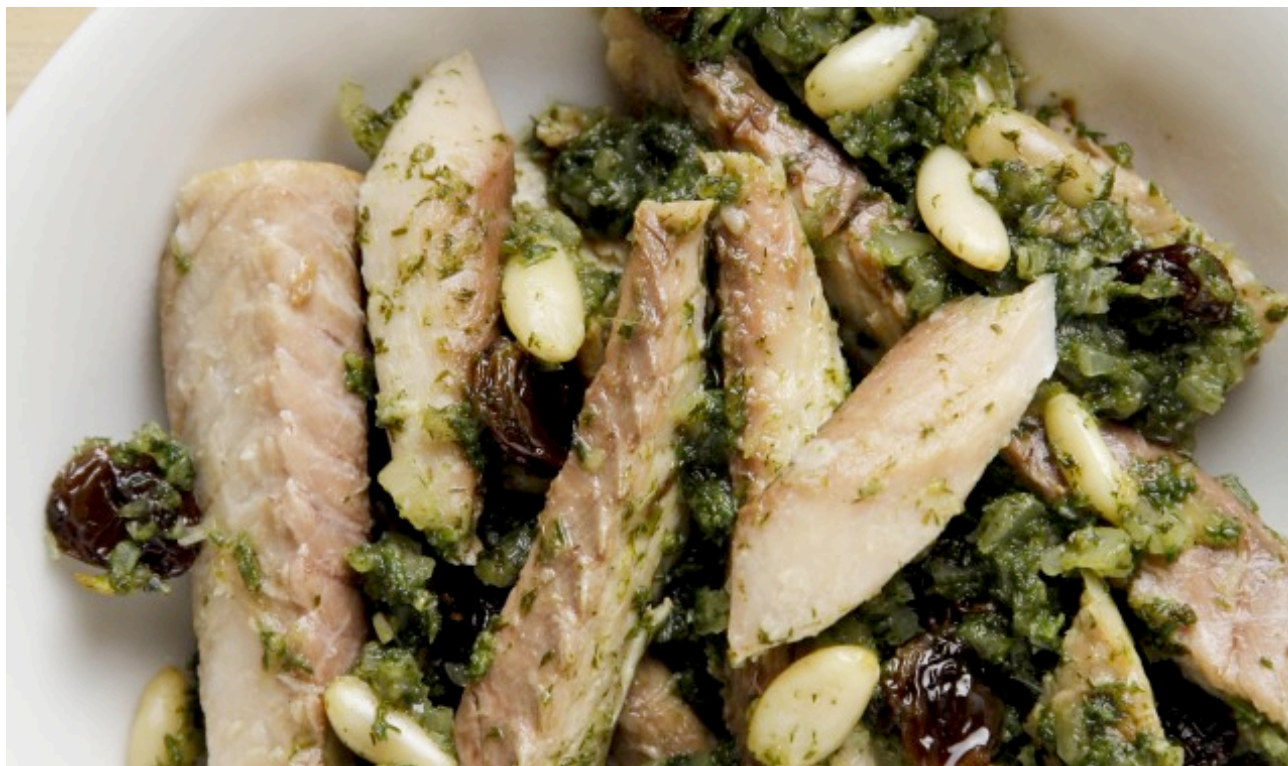


## Filetti di sgombro “alla palermitana”



### Ingredienti (per 1 porzione)

120 g di filetti di sgombro all'olio di oliva in scatola

mezza cipolla

15 g di finocchietto fresco

mezza acciuga sott'olio

10 g di uvetta

**5 g di pinoli Bio,Logico Despar**

1 cucchiaino di pangrattato (preferibilmente integrale)

**3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar**

1 pizzico di sale

1 pizzico di pepe

### Procedimento

1. Lavo il finocchietto selvatico ed elimino la parte più dura del gambo. Lo faccio bollire per circa 5 minuti o finché non è morbido, quindi lo scolo tenendo da parte l'acqua di cottura.
2. Trito finemente il finocchietto cotto insieme alla cipolla e faccio appassire dolcemente il trito in un'ampia padella con 2 cucchiaini di olio.
3. In un pentolino faccio dorare il pangrattato in un cucchiaino d'olio. Tengo da parte.
4. Quando il trito di finocchietto e cipolla è quasi trasparente, unisco l'acciuga a pezzetti e la lascio disfare nell'olio caldo, poi aggiungo i pinoli e l'uvetta, infine lo sgombro a filetti ben scolato dal suo olio di conserva.
5. Servo con il pangrattato.