

## Sgombro al vapore con pesto di capperi e mandorle



### Ingredienti (per 1 porzione)

120 g di filetti di sgombro fresco  
25 g di frutti di capperi  
15 g di mandorle sgusciate  
mezzo limone  
2 rametti di timo limonato  
**4-5 cucchiaini di olio extra vergine di oliva Bio, Logico Despar**  
1 pizzico di sale  
1 pizzico di pepe

### Procedimento

1. Trito grossolanamente al coltello 2 o 3 mandorle. Tengo da parte.
2. Preparo il pesto tritando nel mixer i frutti di capperi sciacquati sotto abbondante acqua corrente, le restanti mandorle e le foglioline del timo, aggiungendo due cucchiaini di olio. Tengo da parte.
3. Posiziono i filetti di sgombro nel cestello per la cottura al vapore. Vi spremono sopra il succo del mezzo limone e irroro con un cucchiaino d'olio.
4. Cuocio lo sgombro al vapore coperto per 5 minuti (da quando raggiunge il bollore), poi aggiungo poco sale e continuo la cottura per altri 5 minuti senza coperchio.
5. Dispongo lo sgombro nel piatto insieme al pesto di mandorle e capperi diluito con un cucchiaino di acqua. Mescolo a piacere.