

FILETS DE SOLE AU MONTASIO ET NOIX



Tipo di Montasio: Stagionato (più di 10 mesi)

Portata: Secondo

Tempo di preparazione: Un'ora

Difficoltà: Bassa

Ingredienti:

Ingédients pour 6 personnes

- 6 soles
- 50 g de beurre
- 50 g de farine
- 1 jaune d'œuf
- 100 g de farine
- 100 g de crème liquide
- 20 noix
- 300 g de Montasio semistagionato (demi-vieux)

Descrizione:

Filetez la sole, faites bouillir les arêtes de la sole et transférez le tout dans une autre casserole. Faites fondre le beurre, puis ajoutez la farine et la sauce. Faites bouillir le tout, retirez du feu et ajoutez le Montasio coupé en petits cubes. Laissez le Montasio fondre puis ajoutez le jaune d'œuf, la crème liquide et ajoutez le sel. Roulez les filets dans un peu de farine et faites-les cuire dans une poêle antiadhésive avec un peu de beurre. Tartinez

un plat avec la sauce, décorez avec des feuilles de persil au milieu et un peu de tomate en dés, et complétez avec les soles. Servez avec les noix et le reste de Montasio en cubes.