

## ***Sarago a filetti nei carciofi di Dana\_B***

*Pulite e squamate due saraghi di 400 grammi, li fate a filetti e con teste e spine fate un brodo di pesce stretto con una bollitura di 1 ora.*

*Mettete in una padella grande poco olio di oliva e fate rosolare 1 minuto dalla parte della pelle.*

*Mettete ora 1 bicchiere di vino e lo fate asciugare per 2 minuti e spesso con il cucchiaino mettete il liquido della cottura sopra i filetti e ora mettete due cuori di carciofo che sono stati tagliati a fette molto sottili e un bicchiere di brodo.*

*Ora fate cuocere per 5 minuti con il fuoco basso e sempre con il mettere il liquido della cottura sopra i filetti mentre cuociono, poi mettete due cucchiaini di burro e 1/2 cucchiaino di farina e fate sciogliere bene la farina nel liquido e versate sempre sopra i filetti.*