

SECONDI PIATTI

# Alici a Beccafico in forno e alici fritte

---

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **media**    PREPARAZIONE: **30 min**    COTTURA: **35 min**    COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

---



OLIO DI SEMI abbondante -

SALE

PEPE

## PREPARAZIONE

**1** Per le alici a beccafico: in una padella rosolare il pangrattato con poco olio e, quando avrà acquistato colore, versarne una parte in una ciotola con un po' di vino bianco (la proporzione sarà 2/3 di olio più 1/3 di vino), l'uva sultanina, i pinoli, il prezzemolo e le acciughe, il tutto ben tritato e mescolare.

Pulite le alici ed apritele a libro, lasciandole attaccate al dorso, togliete la lisca e la testa e riempitele con il composto preparato che dovrà risultare abbastanza morbido per evitare che secchi troppo durante la cottura.

Arrotolarle, formando degli involtini, e disporle in una pirofila unta d'olio e cosparsa di pangrattato.

Gli involtini andranno messi uno accanto all'altro, frapponendo foglie di alloro.

Cospargere il restante pangrattato ed il succo di limone zuccherato.

Aggiungete un filo di olio e infornate in forno preriscaldato a 220°C circa per 15 minuti circa.



**2** Per le alici fritte: pulite le alici ed apritele a libro, lasciandole attaccate al dorso, togliere la lisca e la testa.

Sciacquatele sotto l'acqua corrente e lasciatele scolare.

Passatele nella farina.

In una padella portate a temperatura l'olio e friggere le alici fino a quando non sono dorate da entrambi i lati.



3 Mettetele sopra della carta da pane e fate perdere tutto l'olio della frittura.



4 Salate e pepate.

Servite calde.

