

SECONDI PIATTI

## Alici alla piastra

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: media    COSTO: basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



### INGREDIENTI

acciughe fresche  
pane grattugiato  
prezzemolo  
limone  
sale.

### PREPARAZIONE

- 1 Pulire le acciughe dalle interiora, lavarle e metterle a sgocciolare su un piano inclinato o un tagliere, una volta sgocciolate, tamponarle con carta da cucina per asciugarle.



**2** Preparare del pane grattugiato aggiungendo un po' di sale e del prezzemolo tritato, mescolare il tutto.

Passare le acciughe delicatamente nel pane grattugiato insaporito e predisporle su un piatto in attesa di cuocerle.



- 3 Riscaldare bene una padella o una piastra in ghisa leggermente unta, disporre con ordine le acciughe una vicina all'altra e lasciare cuocere un paio di minuti, girarle con attenzione e cuocere ancora 2 minuti l'altro lato.





4 Impiattare e aromatizzare con succo di limone.



5 Accompagnare, a piacere, con pomodorini e una piccola porzione d'insalata di riso o verdura mista.



