

ANTIPASTI E SNACK

Alici mbuttati

LUOGO: Europa / Italia / Calabria

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 15 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

alici
pangrattato
pecorino
aglio
prezzemolo
origano
uovo
farina
olio d'oliva
sale

PREPARAZIONE

1 Pulite le alici ed apritele a libro

Farcitele con un composto di pangrattato, pecorino, aglio, prezzemolo, origano e uovo sbattuto.



2 Accoppiate le alici a panino con la farcia al centro.

Salate, infarinate, passate nell'uovo sbattuto e friggete in mezzo dito d'olio d'oliva.



3 Scolatele in un vassoio con carta assorbente.

Servite caldo.



NOTE

Se ne avanzano servitele il giorno dopo riscaldate nel sugo di pomodoro con la pastasciutta.