

ANTIPASTI E SNACK

Capesante graten

LUOGO: Europa / Italia / Friuli-Venezia Giulia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa COTTURA: 10 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

16 capesante
1 mazzetto di prezzemolo
pangrattato
olio extravergine d'oliva
sale
pepe.

PREPARAZIONE

- 1 La prima operazione consiste nello staccare i molluschi dalla conchiglia e lavarli accuratamente sotto l'acqua corrente (spesso si incontrano fastidiosi residui di sabbia). Fatto ciò risistemateli ciascuno nel rispettivo guscio, che avrete pulito e preparato. Cospargete le cappe di aglio e prezzemolo tritato, una spolverata di pane grattato, un filo d'olio, sale e pepe completeranno il tutto.
10 minuti nel forno dovrebbero essere sufficienti per servire un ottimo antipasto.