

SECONDI PIATTI

Sarde imbottite alla Palermitana

LUOGO: Europa / Italia / Sicilia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

SARDE 600 gr
MOLLICA DI PANE 30 gr
LATTE INTERO 50 gr
ALICI O ACCIUGHE 3
PREZZEMOLO 1 ciuffo
SPICCHIO DI AGLIO 1
TUORLO D'UOVO 1
UOVA 1
PANGRATTATO 100 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1 l

PREPARAZIONE

1 Lavate, diliscate ed aprite le sarde a libro.

A parte ammolate la mollica nel latte, strizzatela ed unitela alle acciughe diliscate, al prezzemolo, all'aglio e al tuorlo d'uovo.



- 2 Stendere un po' di questo composto su di una metà di ogni sarda. Richiudete i pesci ridando loro la forma originaria.



- 3 Passate le sarde nell'uovo sbattuto e poi nel parmigiano.



4 Scaldate l'olio in una padella dai bordi alti e friggetevi le sarde ripiene.

Se amate la cucina siciliana non perdetevi la ricetta dello [sfincione palermitano morbido!](#)

