

SECONDI PIATTI

Teglia di anguille

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Campania](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) COSTO: [basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



INGREDIENTI

ANGUILLA 800 gr
ALICI O ACCIUGHE SOTT'OLIO 2
VINO BIANCO 1 bicchiere
SPICCHIO DI AGLIO 1
ALLORO 2
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Sventrate, pulite e lavate bene le anguille.

Fate imbiondire l'aglio in una teglia con l'olio e le acciughe schiacciate, aggiungete le anguille tagliate a pezzi e fate insaporire.

Spruzzate con il vino e fate insaporire, salate, spolverate di pepe e infornate per 20 minuti

circa.