

SECONDI PIATTI

Alici alla lucana

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [80 min](#) COTTURA: [10 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

NOTE: + 2 ORE DI MARINATURA



INGREDIENTI

- 20 alici pulite
- 1 peperoncino
- 3 cucchiari di olio extra vergine di oliva
- 2 spicchi d'aglio
- 1 bicchiere di acqua
- 1 bicchiere di aceto di vino
- 1/2 bicchiere di aceto bianco
- un pizzico di prezzemolo ed un pizzico di menta
- farina 00 e olio di semi quanto basta.

PREPARAZIONE

1 Prendete le alici, pulitele ed apritele a libro lasciando la codina.



2 Preparate una ciotola con acqua e aceto ed immergetevi le alici appena preparate, lasciandovele per circa 1/2 ora.





3 Tritate grossolanamente la menta, il prezzemolo ed i due spicchi d' aglio quindi trasferiteli in una ciotola ed unite mezza tazza di aceto bianco ed i tre cucchiari di olio extravergine di oliva.





4 Mettete questa salina sul fuoco basso e lasciatela bollire per qualche minuto.



5 Nel frattempo scolate ed asciugate bene le alici, infarinatele e friggetele in abbondante olio di semi.



6 Disponete le alici nel piatto di servizio.



7 Irrorate le alici con la salsa; lasciate marinare in frigorifero per almeno due ore prima di servire.

Accompagnate le alici con dei crostini, e magari gustatele anche il giorno dopo la preparazione saranno ottime

NOTE