

SECONDI PIATTI

# Alici ammollicate

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia / Campania*

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



## INGREDIENTI

ALICI O ACCIUGHE 750 gr  
SPICCHIO DI AGLIO 2  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 10  
cl  
PREZZEMOLO 1 ciuffo  
PANGRATTATO  
SALE  
PEPE NERO

## PREPARAZIONE

- 1 Lavate le alici, spinatele ed eliminate la testa e la coda. Ponetele in una teglia a strati irrorando di olio.



**2** Aggiungete aglio e prezzemolo tritati, sale (poco), pepe e spolverizzate di pangrattato.



**3** Irrorate con un giro d'olio extravergine d'oliva.



4 Riscaldate il forno a 150° e cuocete per un quarto d'ora.