SECONDI PIATTI

Sarde a Beccafico

LUOGO: Europa / Italia / Sicilia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 50 min COTTURA: 10 min COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

La cucina siciliana è famosa per la sua ricchezza di sapori e la varietà dei suoi piatti tradizionali. Tra le ricette siciliane più amate, spiccano le **Sarde a Beccafico**, un secondo piatto di pesce prelibato e gustoso. Questa **ricetta**, ricca di storia e tradizione, rappresenta un viaggio **nel cuore della cultura gastronomica siciliana**.

Le **sarde a beccafico** sono spesso associate ad **occasioni festose**, questo piatto è infatti protagonista di **tavolate familiari** e cene tra amici, dove la **condivisione di piatti tradizionali** è un momento di **gioia e convivialità**. Servite calde, **le sarde a beccafico**, emanano un **profumo irresistibile**

, invitando i commensali a cimentarsi in un'esperienza gustativa indimenticabile.

Segui la nostra ricetta con video e passo passo fotografico per portare in tavola un piatto siciliano tradizionale fatto con le tue mani! Prova anche queste altre ricette di mare che potrebbero piacerti:

Polipetti affogati
Merluzzo al forno
Orata all'acqua pazza
Bastoncini di pesce
Fritto misto di pesce

Cosa serve per preparare le sarde a beccafico

SARDE 1 kg

MOLLICA DI PANE 80 gr

CAPPERI SOTTO SALE 60 gr

UVETTA SULTANINA 40 gr

PINOLI 40 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 40 gr

SPICCHIO DI AGLIO 2

LIMONE 1

PREZZEMOLO 1 ciuffo

ALLORO

SALE

Come preparare le sarde a beccafico

1. Sbriciola la mollica di pane e mettila in una padella antiaderente con due cucchiai di olio extravergine di oliva, falla rosolare mescolando con un cucchiaio di legno. Togli in pangrattato dal fuoco non appena sarà di colore ambrato.

2 Metti l'uvetta in una ciotola e coprila con acqua tiepida, attendi 5 minuti e strizzala per eliminare l'eventuale eccesso di acqua.

3 Riunisci sul tagliere l'uvetta, i capperi dissalati, il prezzemolo, i pinoli, l'aglio e 4 sarde pulite e diliscate. Trita tutti gli ingredienti molto finemente con un coltello a lama liscia.

4 Riunisci il trito in una ciotola e aggiungici anche i 3/4 della mollica precedentemente tritata, aggiusta di sale e mescola.

5 Distribuisci con un cucchiaino il composto ottenuto sulle sarde, quindi arrotola il pesce lasciando fuori il codino, sistema gli involtini in una pirofila, avendo cura che la codina sia rivolta in alto, e alternali con foglie di alloro tagliate a metà.

6 Infine cospargi le sarde nella teglia con la mollica abbrustolita messa da parte, irrora con il succo di un limone e un giro d'olio extravergine di oliva. Cuoci le sarde a beccafico in forno statico preriscaldato a 190°C per 10 minuti circa. Servi le sarde a beccafico tiepide.