

SECONDI PIATTI

Sarde al forno

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



INGREDIENTI

500 g di sarde

3 pomodori

origano

olio

sale

pepe.

PREPARAZIONE

1 Pulire, lavare e decapitare le sarde. Collocare allineate in una teglia unta d'olio. Condire con sale, pepe, origano e pomodori puliti e fatti a pezzetti.

Infernare per pochi minuti a fuoco alto, quindi girare le sarde e farle cuocere anche dall'altro lato. In pochi minuti si potranno servire.