

SECONDI PIATTI

Sarde imbottite alla Palermitana

di: *Cookaround*

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

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



INGREDIENTI

- SARDE 600 gr
- MOLLICA DI PANE 30 gr
- LATTE INTERO 50 gr
- ALICI O ACCIUGHE 3
- PREZZEMOLO 1 ciuffo
- SPICCHIO DI AGLIO 1
- TUORLO D'UOVO 1
- UOVA 1
- PANGRATTATO 100 gr
- OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1 l

PREPARAZIONE

- 1 Lavate, diliscate ed aprite le sarde a libro.

A parte ammollate la mollica nel latte, strizzatela ed unitela alle acciughe diliscate, al prezzemolo, all'aglio e al tuorlo d'uovo.



- 2 Stendere un po' di questo composto su di una metà di ogni sarda. Richiudete i pesci ridando loro la forma originaria.



- 3 Passate le sarde nell'uovo sbattuto e poi nel parmigiano.



4 Scaldate l'olio in una padella dai bordi alti e friggetevi le sarde ripiene.

