

SECONDI PIATTI

Sardella impanata e fritta

di: *Cookaround*

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Emilia-Romagna](#)

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



PREPARAZIONE

1 Togliere la testa al pesce, ripulirlo dalle squame d'argento e delle interiora poi separarlo nel mezzo dalla parte della schiena e togliere la spina.

In un piatto a parte sbattere, con sale e un po' di pepe, una o più uova. Passare una alla volta le sardelle in un piatto di pane grattugiato, immergerle nell'uovo sbattuto e poi subito in padella in olio bollente.

Un pizzico di sale ed un limone abbondante sul pesce cotto servono a stemperare il gusto del grasso.