

Alici impanate al forno



Esecuzione: Facile

Preparazione: 10

Cottura: 20

Dosi per 4 persone

Delisca, lava e metti da parte le alici. In una terrina mescola bene il pangrattato con un pizzico di sale e un trito fine precedentemente preparato con l'aglio, qualche foglia di menta, origano e capperi. Passa le alici nel composto ottenuto voltandole da ambo i lati premendo con la mano per far aderire bene la panatura.

Disponi le alici in una casseruola, preferibilmente di terracotta, innora con olio d'oliva e versa una spruzzata di aceto. Inforna a 180° C per circa 20 min. fino a doratura. Servi le alici calde o tiepide, aggiustando di sale se necessario.

Ingredienti per 4 persone

- **Per le alici:**
- 1/2 kg di alici
- 200 gr di pangrattato
- 1 spicchio d'aglio

- 3 cucchiari di olio EV d'oliva
- 3 cucchiari di capperi
- menta
- origano
- aceto
- sale