

Sarde a beccafico



Esecuzione: Facile

Preparazione: 30

Cottura: 20

Dosi per 4 persone

Taglia la testa alle sarde, aprile ed elimina le interiora, quindi diliscate e asciugale con carta da cucina. Trita finemente l'aglio ed il prezzemolo, versali in una ciotola con il pecorino grattato, il pangrattato, un pizzico di sale e pepe, aggiungi un uovo e mescola.

Riempi ogni sarda con l'impasto ottenuto, spennellando lungo i bordi con l'uovo sbattuto. Versa l'olio in una padella, quando sarà ben caldo metti le sarde, avendo cura di rigirarle quando saranno dorate. A cottura ultimata togli le dall'olio, asciugale bene su carta assorbente e disponile su un vassoio. Servi le sarde ben calde.

Ingredienti per 4 persone

- **Per le sarde:**
- 1 kg di sarde
- olio EV
- **Per il ripieno:**

- 2 cucchiari di pecorino
- 2 uova
- 1 cucchiaio di pangrattato
- 2 spicchi d'aglio
- 1 mazzetto di prezzemolo
- sale e pepe