
SPIEDINI DI SARDE A BECCAFICO

Ingredienti per 4 persone:

- 500 g di sarde,
- 120 g di pangrattato,
- 80 g di formaggio pecorino stagionato,
- 1 ciuffo di prezzemolo,
- 1 spicchio di aglio,
- 50 g di uvetta sultanina,
- 4 cipollotti,
- alloro,
- olio d'oliva,
- sale,
- pepe.

Pulite le sarde, eliminate la testa e la lisca centrale, apritele a libro, lavatele e asciugatele.

Tritate nel mixer il prezzemolo con il pecorino, il pangrattato e l'aglio; mettete tutto in una ciotola e unite l'uvetta, un cucchiaio di olio e una presa di sale.

Distribuite il composto sulle sarde, arrotolatele a involtino e infilatele sugli spiedini, alternandole con foglie di alloro e spicchi di cipollotto.

Scaldate in una padella 2 cucchiai di olio e cuocetevi da entrambi i lati gli spiedini per circa 10 minuti, insaporite con una macinata di pepe e servite.