

SARDE A BECCAFICO 2

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di sarde freschissime,
- 50 g di formaggio parmigiano grattugiato,
- 2 spicchi di aglio,
- 1 cucchiaio di prezzemolo,
- 2 uova,
- 1 bicchiere di aceto di vino,
- pangrattato,
- alcuni spicchi di limone,
- olio d'oliva,
- sale,
- pepe.

Private le sarde di interiora, testa e lisca; lavatele; asciugatele con un canovaccio e mettetele in una terrina con un bicchiere di aceto.

Lasciatele marinare per un paio d'ore poi sgocciolatele.

Mettetele aperte in un piatto e spolveratele con il formaggio mescolato con due spicchi di aglio e un cucchiaio di prezzemolo tritati, sale e pepe.

Ridategli la forma originale premendole tra i palmi delle mani e passatele nell'uovo battuto salato e pepato, nel pangrattato e friggetele in abbondante olio caldo.

Scolatele ben dorate e servitele guarnite con spicchi di limone.