

SARDE FRITTE

Ingredienti per 4 persone:

- 16 sarde freschissime,
- 2 uova,
- 1 ciuffo di prezzemolo,
- 1/2 spicchio di aglio,
- farina,
- pangrattato,
- 2 cucchiaini di aceto di vino,
- sale,
- pepe,
- olio d'oliva.

Pulire le sarde, eliminare le teste e le spine centrali senza dividere i filetti.
Lavarle e tenerle per 30 minuti coperte di acqua acidulata con 2 cucchiaini di aceto.
Sbattere le uova e incorporare un trito di aglio e prezzemolo, sale e pepe.
Scolarle, asciugarle, passarle in un velo di farina, poi nelle uova e infine nel pangrattato.
Friggerle in abbondante olio.
Scolarle e servirle caldissime.