

SARDINE ALLA GRIGLIA

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di sardine,
- 1 limone (succo),
- 1/2 peperoncino rosso,
- 1 cucchiaino di salsa Worcester,
- 1/2 spicchio di aglio,
- 1/2 bicchiere di olio d'oliva,
- sale,
- pepe.

Eviscerate le sardine, togliete loro la testa e la coda, diliscatele, apritele a libro.

Lavatele e asciugatele delicatamente.

Spennellatele con l'olio e disponetele in forno sulla griglia bollente per 4-5 minuti.

In una ciotola preparate una salsa piccante emulsionando mezzo bicchiere d'olio, il succo di un limone, mezzo peperoncino rosso e mezzo spicchio d'aglio tritati, un cucchiaino di salsa Worcester, sale e pepe, amalgamate gli ingredienti.

Quando le sardine sono cotte mettetele sul piatto da portata.

Servitele con la salsa a parte.