

SARDINE ALLE VERDURE

Ingredienti per 4 persone:

- 4 cucchiaini di olio d'oliva,
- 70 g di burro,
- 1 cipolla,
- prezzemolo,
- 2 spicchi di aglio,
- 2 zucchine,
- 100 g di spinaci lessati,
- sale,
- pepe.

1 kg sardine Pulire e diliscare le sardine.

Disporle in un solo strato in una pirofila.

Salare, pepare, irrorare con olio d'oliva, unire 20 g di burro e un trito di prezzemolo.

Far rosolare a fiamma viva per 10', quindi grattugiare sulle sardine le zucchine e distribuirvi gli spinaci tritati.

Cospargere con il rimanente burro e mettere in forno caldo a 200' per circa 30'.