

# SARDINE SAPORITE

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di sardine,
- 1 bicchiere di vino bianco,
- farina,
- 1 rametto di rosmarino,
- 1 foglia di alloro,
- 1 spicchio di aglio,
- 3 cucchiaini di olio d'oliva,
- poco sale,
- poco pepe.

Aprite le sardine, diliscatele, togliete loro testa e coda, lavatele bene, asciugatele e infarinatele.

In un tegame scaldate tre cucchiaini d'olio con uno spicchio d'aglio, un rametto di rosmarino e una foglia d'alloro.

Adagiatevi le sardine e fatele dorare per alcuni minuti da entrambe le parti.

Salate e pepate poco.

Trasferite il pesce in una pirofila.

Eliminate dal tegame rosmarino, aglio e alloro, versatevi un bicchiere di vino, mescolate, fate evaporare a fuoco vivace fino a ridurre la salsa della metà.

Versatela sulle sardine e passate il recipiente in forno preriscaldato a 180°C per circa 20 minuti.

Servite.