

SGOMBRI ALLA MUGNAIA

Ingredienti per 4 persone:

- 4 sgombri,
- latte,
- farina,
- olio d'oliva,
- sale.

Eviscerate, lavate e asciugate gli sgombri, fate alcune incisioni sul dorso e lasciateli per un po' a bagno nel latte. Scolateli, infarinateli e frigeteli nell'olio caldo per sette-otto minuti.