

MPALAVITTATI
SARDE A BECCAFICO

Ricetta per quattro persone

1000 g sarde

250 g mollica di pane di semola

125 g olio extravergine di oliva

60 g parmigiano

15 g uvetta

15 g pinoli

5 g sale

25 g succo di limone

Per la mollica

In una bowl mischiare la mollica insieme all'olio extravergine di oliva, al parmigiano, all'uvetta, ai pinoli, al sale e al succo di limone.

Per le sarde

Pulire le sarde e aprirle a libro. Prendere un po' della mollica e pressarla su una sarda, chiudere il sandwich con un'altra sarda, quindi passarlo sulla mollica fino a ottenere una panatura uniforme

Cuocere in forno a 180°C per 10 minuti.