



ALLES FISCH

SARDE A BECCAFICO

Ingredienti

- Per 6 persone
- 24 sarde
- 150 g di pangrattato secco
- 50 g di pangrattato fresco
- 100 g di pinoli tritati
- 50 g di uva sultanina
- 1 cipolla
- poche foglie di alloro

Aprite le sarde, spinatele lasciando però la coda attaccata e intatta. Tostate in padella con poco olio il pane grattato. Fuori dal fuoco aggiungete i pinoli, il sale, il pepe, il prezzemolo, l'aceto e l'uva sultanina fatta rinvenire in un poco d'acqua. Riempite i pesci con questa farcia, arrotolateli facendo sporgere le code in alto e fermate ciascuno con uno stecchino. Mettetele poi in una teglia leggermente unta di olio, una accanto all'altra a corona, inserendo tra sarda e sarda una foglia di alloro e un pezzetto di cipolla.

Infornate a 180° C per 20 minuti circa.

