

Sardine ripiene



Immagine da:
<http://www.ricette-tipiche.com/>

Ingredienti: 600 gr. di sardine, bietole, 1 uovo, farina, sale, pepe.

Pulire le sardine, togliendo la testa e le interiora, lavarle, aprirle e togliere la lisca. Mettere in una ciotola le bietole tritate finemente, aggiungere l'uovo, il sale e il pepe. Mescolare bene fino ad ottenere un impasto omogeneo, se è troppo molle si può aggiungere un po' di pan grattato. Mettere un po' di impasto su una sardina aperta e coprire con un'altra sardina, infarinare da tutte e due le parti e friggere in abbondante olio d'oliva.

Allo stesso modo si possono riempire anche le acciughe.

Ricetta di: *Cristina Pisano*

 [versione stampabile](#)