

SARDE IN SAOR

Proporzioni: 1 Kg. di sarde - 1 Kg. di cipolle bianche - un bicchiere di aceto,
olio d'oliva
120 gr. di pinoli 120 gr. di uvetta.

Tagliare le cipolle a fettine sottili e farle appassire in olio d'oliva a fuoco
lento, aggiungere l'aceto e salare.

Infarinare e friggere per qualche minuto le sarde intere pulite e private
della testa.

Asciugarle bene dell'olio di frittura, farle raffreddare e stenderle in una
terrina a strati con le cipolle i pinoli e l'uvetta.

Devono riposare almeno 24 ore.

