

---

## LAVARELLI ALLE ERBE

Ingredienti per 4 persone:

- 4 lavarelli da 200 g
- alcune foglie di mentuccia
- rosmarino
- maggiorana
- 1 cucchiaio di capperi
- farina
- vino bianco secco
- 1 limone
- olio d'oliva
- sale
- pepe

Tagliate i pesci seguendo in verticale la linea del ventre, eviscerateli, apriteli a libro ed eliminate le spine. Tritate alcune foglie di mentuccia con un po' di maggiorana, un po' di rosmarino e un cucchiaio di capperi. Aggiungete un cucchiaio d'olio, sale, pepe e alcune gocce di succo di limone. Distribuite questo composto sui lavarelli aperti, richiudeteli premendo bene con il palmo della mano. In un tegame scaldate alcuni cucchiai d'olio e adagiatevi i pesci leggermente infarinati. Quando hanno preso colore spruzzateli con il vino e lasciate evaporare. Portate a cottura, salate soltanto alla fine con moderazione. Ritirate e serviteli.