

SARDE AGLI AROMI

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di sarde,
- 1 limone,
- 1 pizzico di origano,
- 1 pizzico di semi di finocchio,
- 2 cucchiaini di olio d'oliva extra-vergine,
- sale,
- pepe.

Pulite le sarde togliendo la testa e gli intestini, poi mettetele in una pirofila disponendole a raggiera. In una ciotola battete il succo del limone con l'olio, l'origano, i semi di finocchio, sale e pepe. Versate la salsina sulle sarde, infine cuocetele in forno già caldo a 200 gradi per 10 minuti.