

SARDELLE IN SAOR

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di sardelle,
- 150 g di cipolle,
- farina bianca,
- aceto di vino,
- olio d'oliva,
- sale,
- pepe.

Pulite le sardelle, privatele di testa ed interiora, lavatele e asciugatele.

Passatele nella farina e friggetele in olio ben caldo.

Le sgocciolerete dorate da ambo i lati.

Fate un soffritto con la cipolla e l'olio; aggiungete un bicchiere abbondante di aceto fate amalgamare e spegnete il fuoco.

In un recipiente non ossidabile, disponete le sardelle a strati; bagnate ogni strato con cucchiariate di marinata sino ad esaurimento degli ingredienti.

Potrete consumare le sardelle in saor (in carpione) dopo 24 ore sino a 10/12 giorni.