



Vizio & Sfizio

ACCIUGHE IN SALSA VERDE (appetizer)

INGREDIENTI (per 4 persone)

20 alici fresche
2 cipolle bianche
50 gr. valeriana
olio e.v.o., sale

per la salsa verde:

250 gr. prezzemolo
150 gr. pane raffermo
2 dl. latte
50 gr. cipolline sotto aceto
2 filetti di acciughe sott'olio (Cetarii)
40 gr. aceto di vino bianco (Acetaia Cesare Giaccone)
20 capperi dissalati (Bonomo e Giglio)
sale e pepe

PROCEDIMENTO

Ammorbidite il pane nel latte, strizzatelo e frullatelo con il prezzemolo, le cipolline, le acciughe, l'aceto ed i capperi. Insaporite con sale e pepe. Lasciate riposare la salsa in frigo per 3 o 4 ore. Stufate le cipolle bianche tagliate a spicchi con 2 o 3 cucchiaini di olio ed un pizzico di sale. Pulite le alici, togliete le teste e distendete i filetti su una teglia, salateli e cuoceteli per 3-4 minuti in forno a 60°. Distribuite su dei piattini un letto di insalata e su questa le cipolle stufate ed i filetti di alicie; nappate con la salsa verde ed un filo d'olio.

Buon Appetito !!!