



Filetti di Sardine con mollica abbrustolita e mele

Tempo: 20 min

Difficolta': 1

Prodotto: Filetti di Sardine all'Olio d'Oliva

Ingredienti per 4 persone

- 3 confezioni di Filetti di Sardine Rio Mare all'olio di oliva
- 2 mele rosse
- 3 cucchiaini di mollica di pane sbriciolata
- 1 spicchio di aglio
- 40 g di olio extra vergine di oliva
- un ciuffo di prezzemolo
- 20 g di pinoli
- sale
- pepe

Procedimento

Lava le mele, tagliale a meta' senza sbucciarle, privale del torsolo e dividile in fette alte ½ centimetro. Fai grigliare le mele sui due lati in una padella rovente, insaporiscile con sale e pepe. Fai rosolare in una padella l'olio con l'aglio, unisci i pinoli, il pane grattugiato e il prezzemolo tritato poi leva dal fuoco. Sgocciola i filetti di sardine, adagiateli sopra alle mele e completa con la mollica abbrustolita.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI