

Sardinas rellenas

Tipo de plato: Pescados y Mariscos | Procedencia: Mavillum | Tiempo: minutos |
Dificultad:

INGREDIENTES

0
600 gr Sardinas - frescas
Ajos
Aceite oliva
Pan - rallado
Harina trigo
gr
1 Huevos
1 paquete/s Queso emmental - en lonchas
1 lata/s Pimiento de piquillo
Perejil

ELABORACIÓN

Limpiamos bien las sardinas y retiramos la cabeza y la espina central.

Abrimos bien las sardinas y colocamos encima el trozo de pimiento que será del tamaño de la sardina y encima una tirita de queso del mismo tamaño también. Seguido tapamos esto con otra sardina y así con todas.

Ponemos un plato con harina, otro plato con huevo batido añadiendo él ajito picado y perejil y otro plato con pan rallado. Vamos pasando con cuidado las anchoas por harina, huevo y seguido pan rallado.

En una sartén que tendremos al fuego con aceite de oliva vamos friéndolas las colocamos sobre papel absorbente y listo.