

Ingredienti:

- delle sardine aperte e diliscate
- pangrattato
- prezzemolo tritato
- grana grattugiato
- 1 uovo
- sale e pepe
- salvia
- 1 spicchio d'aglio

Preparazione:

Fare un'amalgama con il pangrattato, il prezzemolo, il formaggio e l'uovo.

Stendere una sardina, metterci sopra un cucchiaino di composto e chiudere con un'altra sardina, pressare un poco per compattare il ripieno. Continuare fino ad esaurire gli ingredienti.

Mettere le sardine così preparate in una teglia da forno unta con poco olio e infornare a 180° per circa mezz'ora con della salvia e uno spicchio d'aglio.