

ANTIPASTI

Marinata di acciughe

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

15 min

■ Ingredienti per 4 persone

Acciughe fresche	400 g
Cetriolo	1
Insalata rucola	1 mazzetto
Germogli (ravanello o alfalfa)	1 confezione
Insalata riccia	1/2 cespo
Aglio	
Limone (succo)	1
Senape in grani	1 cucchiaino
Olio d'oliva extra-vergine	
Sale	
Pepe in grani	

■ Preparazione

- 1 Eviscerate le acciughe staccando loro la testa, quindi apritele lungo la linea ventrale, spinatele e, così aperte a libro, mettetele in un piatto, conditele con il succo di mezzo limone, un pizzico di sale, una macinata di pepe, fettine di aglio fresco, un filo d'olio, poi lasciatele marinare al fresco, coperte da pellicola, per almeno 2 ore.
- 2 Servitele insieme con un cetriolo a rondelle, la rucola, mezzo cespo di riccia e i germogli, il tutto condito con una citronnette preparata frullando g 80 d'olio, sale, pepe macinato, il succo di mezzo limone e un cucchiaino di senape, per ottenere una perfetta emulsione.