

# Sarde in saòr

Preparazione per 4 persone  
Difficoltà Media difficoltà

## Ingredienti:

500 gr di sarde  
300 gr di cipolle bianche  
15 gr di pinoli  
20 chicchi d'uvetta passa  
150 gr di aceto bianco  
150 gr di vino bianco secco  
olio extravergine d'oliva  
farina bianca  
sale  
farina gialla di mais



## Preparazione:

Pulite accuratamente le sarde, eliminando la testa, le interiora e tutte le spine. Lavatele con acqua corrente, asciugatele bene ed infarinatele. Fate scaldare in una padella abbondante olio extravergine d'oliva, friggetevi le sarde facendole dorare da entrambi le parti. A fine cottura salatele e mettetele in un piatto dove avrete sistemato della carta assorbente in modo da eliminare l'unto in eccesso. Nel frattempo in una casseruola, fate scaldare mezzo bicchiere d'olio d'oliva, aggiungete le cipolle precedentemente tagliate a rondelle e fatele appassire a fuoco lento. Unite il restante vino, l'aceto e fate ridurre di circa un terzo continuando la cottura a fuoco lento. Prendete ora una pirofila e sistemateci uno strato di sarde fritte, coprite con la salsa ottenuta, aggiungete qualche pinolo e qualche chicco d'uvetta fatta rinvenire precedentemente in acqua tiepida. Sistemate un altro strato di sarde, coprite con altra salsa, aggiungete ancora pinoli, uvetta e continuate fino a quando ci sono ingredienti. Abbiate cura di coprire bene le sarde con il saòr. Coprite la pirofila e fate riposare in frigo per almeno un giorno. Togliete le sarde dal frigo in anticipo rispetto all'ora di servirle. Si consiglia di accompagnarle con una polentina morbida di farina gialla e acqua.

Ci abbiniamo un buon Verduzzo, un Tai (ex tocai) bianco, consiglio di provarle contrariamente ai canoni con un Refosco dal peduncolo rosso.

Buon appetito.

Tratta da:<http://www.ricettevenete.it>