

Aringhe alla calabrese

Le ricette di pesce su RicetteItalia.org

Per 4 persone:

4 aringhe salate
10 cl olio d'oliva
1 spicchio aglio
1 peperoncino piccante
sale

Preparazione

Pulite le aringhe, eliminatene la testa e la spina e riducetele in filetti che risciacquerete e asciugherete. Mettete in un tegame l'olio, l'aglio tritato e il peperoncino tagliuzzato. Aggiungete i filetti di aringa, condite con pochissimo sale e cuocete a lungo fino a quando si saranno spappolati. Spalmate questo composto su fette di pane.

[Ricette Italia - Le tue ricette di cucina online.](#)

<http://www.ricetteitalia.org>