

## Le Ricette di Max

Alici o acciughe fresche.

Pulire bene le alici, ecco come:

Afferrare la testa e strapparla verso la coda portandosi dietro le interiora,

Lavarle sotto l'acqua corrente e posizionarle su della carta ad asciugare.

*Se sono piccole si prestano ad essere infarinate e fritte così come sono. Usare una padella piccola in modo da avere due o tre centimetri di olio caldo in cui immergere le acciughe. Alcuni oli moderni a base di semi, vanno benissimo allo scopo (Friol) ricordiamo di cambiare olio se la quantità di fritto è molta e di non gettare l'olio tra i rifiuti, ma versarlo negli appositi contenitori in dotazione nei centri di recupero. Provate a sperimentare misture di farine, così da rendere unico il vostro fritto. Io consiglio una miscela di farina di frumento e farina di riso che lo fa assomigliare al "tempura giapponese".*

Se sono grosse separare i filetti dalla lisca, aprendole con le dita e appiattendole afferrare le lisca dalla parte della testa e con delicatezza sollevandola fino alla coda, solitamente la coda resta attaccata ai filetti. Asciugarli bene.

Come preparare i filetti.

**Crudi:** prendere i filetti più belli e metterli nel congelatore per tre giorni. Questo procedimento sostituisce l'abbattitore professionale, serve per rendere innocuo un batterio presente nel pesce crudo. Scongela in frigo e condire con extravergine, sale e limone q.b.

**Fritti impanati:** passarli nell'uovo ed impanare con una miscela di pane grattugiato, semola e farina di riso, quindi friggerli a colore.

**Con pastella:** Preparare una pastella con acqua gassata fredda, farina o miscelanea di farine, sale. La densità deve essere tale da restare attaccata agli alimenti. In abbondante olio friggere le alici sfilettate e passate nella pastella, appoggiarli su un foglio di carta e servirli caldi.

**Ripieni:** fare lessare patate e fagiolini (cornetti), Tagliarli finemente, aggiungere del pesto, fare una polpettina ed avvolgerla con due filetti interi di alice. Il fagottino deve presentarsi integro e compatto, cuocere come descritto alla voce fritti impanati-

**Acciughe alla Milanese o al verde.** Usare le acciughe sotto sale in barile o scatola.

Le Siciliane sono piccole e stupente, le Spagnole più grosse e carnose. La scelta è determinata dalla quantità e dal tempo a disposizione. Pulire le acciughe dal sale lavandole sommariamente sotto l'acqua corrente. Togliere la lisca esattamente come descritto per le fresche. Lasciare un'ora i filetti in un piatto con aceto di vino. Rilavare i filetti e pulirli da residui, asciugarli con della carta. Sistemarli in una terrina a strati con olio extravergine, fese d'aglio affettate e prezzemolo fresco tritato. Conservare in frigorifero. !!Attenzione!! Con il pesce azzurro non va servito il vino rosso, una reazione chimica lo rende poco piacevole.

