

PULIRE E SFILETTARE LE ALICI

Le **alici** sono molto versatili in cucina, garantiscono un ottimo risultato in diverse preparazioni e sono buone preparate sia intere sia spinate.



1) Prendete le alici ponetele in uno scolapasta e sciacquatele sotto l'acqua fredda corrente. Tenete la testa all'altezza delle branchie, staccatela con le dita con un colpo secco e tiratela verso di voi.



2) Estraiete le interiora dal ventre e scartatele. Inserite il pollice all'estremità della testa e fate scorrere il dito verso il basso aprendo il pesce delicatamente.



3) A questo punto staccate la spina dorsale che verrà via molto facilmente. Staccate la spina dorsale dalla coda e allargate bene, sempre stando attenti a non separare i filetti tra loro.

Ora potete utilizzare i filetti di alici per la ricetta che preferite!

