



SARDENE OIO, PERSEMOL E AI

Ingredienti:

dodici sardene
 un ciuffo di prezzemolo
 uno spicchio di aglio
 un limone
 un bicchiere di olio extravergine di oliva
 sale

<i>Difficoltà</i>	1
<i>Tempo di preparazione</i>	10'
<i>Tempo di cottura</i>	10'

Cuocere le sardene sulla griglia o ai ferri. Aprirle, diliscarle e disporle in bell'ordine su un piatto di portata. Salare e cospargere con la salsa, che si ottiene amalgamando a freddo in una terrina il battuto di prezzemolo e aglio, il limone spremuto e l'olio extravergine di oliva. È un ottimo antipasto.

*Gianni Malfer
 Garda*

PASTA CORTA CON SARDENE FRESCHE

Ingredienti:

300 gr. di pasta corta (pennette, fusilli, ecc.)
 cinque o sei sardene fresche
 olio per friggere
 500 gr. di polpa di pomodoro
 uno scalogno
 mezzo bicchiere di olio extravergine di oliva

qualche foglia di basilico
 paprica
 sale

<i>Difficoltà</i>	2
<i>Tempo di preparazione</i>	10'
<i>Tempo di cottura</i>	15'

Pulire le sardene e friggerle in abbondante olio. A parte soffriggere nell'olio extravergine di oliva lo scalogno tritato finemente ed unire la polpa di pomodoro. Consumare, indi aggiungere i filetti di sardena a pezzetti. Salare ed aromatizzare con paprica e basilico. Continuare la cottura a fiamma moderata, finché il sugo si sia addensato al punto giusto. Condire la pasta, cotta in abbondante acqua salata e scolata al dente.

*Sergio Casella
 Porto di Brenzone*

I pescatori designano l'alosa col nome di «scarabina» quando non è ancora giunta al terzo anno di vita, e col nome di «sardena» dall'epoca in cui si avvicina ad essere atta alla riproduzione e oltre.

Fra le manifestazioni relative al pesce che si svolgono sul Garda, una delle più famose è la «Sardelada al Pal del Vò», che si tiene annualmente in giugno sul lago di Garda, in una località detta appunto Pal del Vò, zona di passaggio dei banchi di sardelle. In quel luogo si celebra la «sardelada»: alle centinaia di imbarcazioni presenti vengono offerte sardelle fritte e vino bianco.