



CAPPALUNGA *Ensis (minor) siliqua*

CAPPELUNGHE GRATINATE AL FORNO

Ingredienti per 6 persone:

- 1kg di cappelunghe
- 1 aglio
- 1 carota
- 1 gambo di sedano
- 1 cipolla
- 4/5 foglie di basilico
- 1 ciuffetto di prezzemolo
- 100 gr di pane grattugiato
- 1/2 peperone dolce
- olio extravergine d'oliva
- sale grosso

Preparazione:

Lavare bene le cappelunghe, aprirle e posizionarle nella teglia da forno. Preparare un trito di tutti gli altri ingredienti e cospargelo sulle cappelunghe aggiungendo un filo di olio e, a piacere, del pepe. Infornare a 180° C per 30 minuti.

