

Pannocchie gratinate

La pannocchia detta anche cicala è un crostaceo



Lavare le pannocchie in acqua corrente



Fase1

Disporle su un piano in modo da eliminare l'acqua in eccesso



Fase 2

Con un paio di forbici tagliare la pannocchia al centro del dorso, partendo dalla coda, fino alla testa



Fase 3

Con le mani divaricare la fessura



Fase 4

Preparare un impasto composto dal pane grattugiato, un trito di aglio e prezzemolo, e sale. Per amalgamare il tutto aggiungere un poco di olio

Fase 5



Inserire l'impasto nella pannocchia

Fase 6



Disporre le pannocchie, in fila, in una teglia da forno



Fase 7

Riscaldare il forno a 180°, mettere la teglia e cuocere per circa 15 minuti



Fase 8

Servire ben calde



Fase 9

Ingredienti delle pannocchie gratinate

- **1 kg di pannocchie**
- **200 gr di pane fresco grattugiato**
- **1-2 spicchi di aglio**
- **1 mazzetto di prezzemolo**
- **2-3 cucchiaini di olio extravergine di oliva**
- **1 pizzico di sale**