

# Aringhe Alla Calabrese

Pulite le aringhe, eliminatene la testa e la spina e riducetele in filetti che risciacquerete e asciugherete. Mettete in un tegame l'olio, l'aglio tritato e il peperoncino tagliuzzato. Aggiungete i filetti di aringa, condite con pochissimo sale e cuocete a lungo fino a quando si saranno spappolati. Spalmate questo composto su fette di pane.

## Ingredienti

4 Aringhe Salate  
10 Cl Olio D'oliva  
1 Spicchio Aglio  
1 Peperoncino Piccante  
Sale

## Note

Luogo: Calabria.