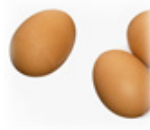


Rillettes de sardines

Ingrédients



des Sardines



des Oeufs



des Tomates

Recette

Plongez vos œufs pendant 10 minutes dans de l'eau bouillante (Si vos œufs sortent du réfrigérateur, compter 2 minutes de cuisson en plus).

Lorsque les œufs sont cuits, plongez-les dans de l'eau froide, retirez les coquilles puis hachez-les grossièrement.

Pelez les tomates, retirez leur pédoncule, coupez-les en deux puis en quatre et coupez la chair en petits dés.

Ouvrez la boîte de sardines, conservez l'huile puis écrasez les sardines à l'aide d'une fourchette.

Dans un bol, mélangez les sardines, les œufs, les dés de tomates, à l'aide d'une fourchette.

Salez poivrez puis conservez au frais jusqu'au moment de servir.

Astuce 1

Si vous avez des herbes fraîches (ciboulette, persil plat, cerfeuil, estragon, etc.), ciselez-les puis ajoutez-les aux sardines.