

Sardines à la Sicilienne

Ingrédients 4 personnes

20	Filets de sardines
1	Citron non traité
1	Orange sanguine non traitée
60 gr	Olives vertes dénoyautés
30 gr	Pignons de pin
1	Bouquet de coriandre fraîche
25 cl	Vin blanc sec
2	Cuillère à soupe de chapelure
QS	Huile d'olive, sel, poivre

pelure.

Cuisson

Faire cuire à four chaud (180°) pendant 15 à 20 minutes.

Quelques minutes avant la fin de la cuisson verser le jus d'orange par dessus et poursuivre la cuisson

Finition et présentation

Servir chaud.



Préparation

Laver les filets sous l'eau froide afin d'enlever toutes les écailles. Les essuyer avec du papier absorbant et réserver.

Couper en fines rondelles le citron ainsi que la moitié de l'orange.

Pressé l'autre moitié et réserver le tout.

Dans un pilon, écraser les olives, les pignons ainsi que la coriandre.

Faire revenir à sec dans une poêle la chapelure.

Dans des ramequins individuels, disposer 5 files.

Répartir les rondelles de citrons et d'oranges dans chaque ramequin. Arroser de vin blanc.

Disposer dans chaque ramequin, la farce à base de pignon et d'olives et recouvrir de cha-

