

Sardines Bandol

Pour 4 personnes.

Préparation : 20 mn, cuisson 15 mn.

16 sardines, 4 petites noix de beurre, le Jus d'un demi-citron, romarin, persil, ail, estragon, sel, poivre, 4 grandes feuilles d'aluminium.

Sur chacune des feuilles d'aluminium, semer le quart des aromates hachés et mélangés, aligner 4 sardines écaillées, vidées et lavées. Saler, poivrer, arroser de jus de citron. Mettre une noix de beurre.

Fermer les feuilles d'aluminium ainsi garnies comme des papillotes et les poser sur le gril du barbecue, braises moyennes, un quart d'heure en retournant une fois à mi-cuisson.

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1980 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.