



## Sardines à l'ancienne - Connétable

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Sardines à l'ancienne - Connétable

*Jean-François Mallet*

Sardines à l'ancienne - Connétable Jean-François Mallet

 [Télécharger Sardines à l'ancienne - Connétable ...pdf](#)

 [Lire en ligne Sardines à l'ancienne - Connétable ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne Sardines à l'ancienne - Connétable Jean-François Mallet

---

64 pages

Extrait

Sardines «à la coque en fer»

[Pour 4 personnes ° Préparation : 15 min ° Cuisson : 10 min]

2 citrons bio ° 50 g de beurre mou ° 4 boîtes de sardines au piment d'Espelette Connétable® ° 1/2 baguette °  
1/2 c. à café de curry en poudre ° sel et poivre

1. Préchauffez le four à 170 °C (th. 5-6).
2. Râpez les citrons et pressez-en le jus. Mélangez-les avec le beurre dans un bol. Salez et poivrez. Placez au réfrigérateur et laissez légèrement durcir.
3. Enfourez les boîtes à sardines, telles quelles, pour 10 min de cuisson.
4. Découpez 8 mouillettes dans la baguette. Tartinez-les de beurre citronné.
5. Sortez les boîtes à sardines du four et ouvrez-les Saupoudrez les sardines de curry et dégustez-les bien chaudes avec les mouillettes beurrées. Présentation de l'éditeur

25 recettes faciles pour cuisiner les sardines Connétable :

- Mousse de sardine aux lentilles
- Grande pissaladière à la sardine et au thym,
- Salade de sardines, pamplemousse et échalotes croustillantes,
- Penne au citron confit, tomates et sardines écrasées,
- Aubergines roulées à la sardine et au parmesan
- Gratin de sardine et de potiron au beaufort,
- Pie feuilleté aux sardines et aux pommes de terre, dans la boîte...

Download and Read Online Sardines à l'ancienne - Connétable Jean-François Mallet #QR1HPS5VFAE

Lire Sardines à l'ancienne - Connétable par Jean-François Mallet pour ebook en ligneSardines à l'ancienne -  
Connétable par Jean-François Mallet Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à  
lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en  
ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les  
meilleurs livres pour lire les livres Sardines à l'ancienne - Connétable par Jean-François Mallet à lire en  
ligne.Online Sardines à l'ancienne - Connétable par Jean-François Mallet ebook Téléchargement  
PDFSardines à l'ancienne - Connétable par Jean-François Mallet DocSardines à l'ancienne - Connétable par  
Jean-François Mallet MobipocketSardines à l'ancienne - Connétable par Jean-François Mallet EPub  
**QR1HPS5VFAEQR1HPS5VFAEQR1HPS5VFAE**