SARDINAS AL HORNO

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: *Juan Neira Dura*

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Muy económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 1 KG de SARDINAS
- 1 LIMON
- 3 DIENTES de AJO
- 1 RAMITA de PEREJIL
- 1 ACEITE
- 4 PATATAS
- 1 SAL

Preparación:

Paso 1

LIMPIA LAS SARDINAS RETIRANDO LA CABEZA Y ESPINAS LAVALAS BAJO EL CHORRO DEL AGUA SECALAS CON PAPEL DE COCINA Y SAZONALAS CON UNA PIZCA DE SAL REGALAS CON EL ZUMO DEL LIMON

Paso 2

COLOCALAS EN UNA FUENTE DE HORNO Y ESPOLVOREALAS CON EL AJO Y PEREJIL PICADOS FINAMENTE REGALAS CON UN POCO DE ACEITE DE OLIVA INTRODUCELAS EN EL HORNO

PRECALENTADO A UNO 200ºC Y ASALAS DURANTE 15 MINUTOS

Paso 3

SIRVE LAS SARDINAS BIEN CALIENTE ACOMPAÑADAS CON UNA BANDEJA DE PATATAS ASADAS