

SARDINAS RELLENAS



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

Creador: MARIBEL **Recetizador:** mamen j



Tiempo: 1h y 30min

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Tradicional

Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 18 SARDINAS
- PAN RALLADO
- 18 JAMÓN DE YORK EN LONCHAS
- 18 LONCHAS DE QUESO PARA FUNDIR
- 1 KILO de PATATAS
- 1 ZANAHORIA
- 1 BERNJENA
- 1 CEBOLLA
- SAL Y ACEITE

Preparación:

Paso 1

Cortamos las patatas, la cebolla, la berenjena y la zanahoria a cuadros, como para tortilla. Ponemos la sal y las regamos con el aceite, las ponemos en el horno precalentado a 22°. Mientras preparamos las sardinas, quitamos la raspa, los filos y la aleta central.

Paso 2

Ponemos una loncha de jamón de yorks en cada mitad en lo alto de cada sardina, encima ponemos el queso.

Paso 3

Tapamos con otra sardina y las salpimentamos.

Paso 4

Cuando las patatas estén casi hechas, ponemos las sardinas en la bandeja en lo alto de las patatas, esparcimos un poco de pan rallado y un hilo de aceite,

Paso 5

Las volvemos a poner en el horno, durante 10 mts. más