# Sardinas al ajillo en el horno

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

**Creador:** Pepa cocina **Recetizador:** Isabel Lorenzo

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

## Descripción:

## Ingredientes para 4 personas :

- 500 gr. de sardinas,
- 4 dientes de ajo,
- perejil picado,
- pan rallado,
- aceite de oliva
- y sal.

## Preparación:

### Paso 1

Limpia bien las sardinas, quitando escamas, cabeza, tripas y la espina central, pero sin separar los filetes del todo. Sala y colócalas en un recipiente para el horno. Pon el horno a calentar a 200 ºC. Pica en un mortero los ajos y el perejil, con un buen chorro de aceite de oliva. Echa un poco de pan rallado también en el mortero. Vierte esa mezcla en las sardinas e introdúcelas en el horno, ya caliente, durante 10 minutos. Puedes poner también unas rodajas de tomate cubiertas también con un poco de la mezcla de ajo y perejil del mortero. Ummmm!!!