

**Creador:** Penny **Recetizador:** karmela



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Muy económico

**Descripción:**

**Ingredientes para 2 personas :**

- 4 por persona de Sardinias
- 1 Tomate
- Ajo
- Pan rallado
- Perejil
- Aceite
- Sal

**Preparación:**

**Paso 1**

**Engrasar ligeramente con aceite una fuente que pueda ir al horno. Poner las sardinas abiertas y sin espina boca abajo. Sazonar con sal. Picar un tomate y machacar con el ajo, perejil y aceite. Repartir encima del pescado. Espolvorear con el pan. Horno 8 min.**