Tajine **de Sardine au citron confit**





4 personnes | 15 min préparation | 30 min cuisson

Les ingrédients

2 boîtes de 115 g de Sardines cuisinées à déguster chaud au citron confit et coriandre la belle-iloise
1 belle courgette (200 g)
2 petites carottes (180 g)
1 petit oignon de 100 g
3 petites pommes de terre (300 g)
½ verre d'eau
1 gousse d'ail
12 olives vertes dénoyautées
4 pincées de sel (2 g)
2 pincées de poivre (0,5g)
3 pincées de gingembre moulu (0,5 g)
2 pincées de curcuma moulu (0,5 g)
2 c. à c. de coriandre hachée (2 g)
2 c. à s. d'huile d'olive

Les étapes

1- Faire blondir dans l'huile les carottes en rondelles et les oignons en petits quartiers
2- Ajouter l'eau et l'assaisonnement, puis les pommes de terre épluchées en quartiers, les courgettes en tronçons et les olives
3- Cuire à couvert 15 minutes
4- Verser les légumes dans un plat allant au four
5- Démouler dessus les sardines avec la sauce, arroser avec le jus des légumes
6- Réchauffer 15 minutes au four à 120°C
7- Déposer la coriandre hachée
8- Servir chaud