Papillotes de **Sardines à la tapenade**





2 personnes | 10 min préparation | 15 min cuisson

Les ingrédients

1 boite de 115 g de Sardines à la Tapenade la belle-iloise
200 g de tomate à chair
½ oignon doux
1 pincée d'herbes de Provence
Sel et poivre

Les étapes

1- Préchauffer le four à 220°C (therm 7/8)
2- Couper les tomates en rondelles et l'oignon en fines lamelles
3- Découper deux carrés de papier aluminium ou de papier sulfurisé de 30 cm de côté
4- Garnir chaque feuille en répartissant les légumes, puis les herbes, le sel et le poivre
5- Déposer sur chaque papillote 2 sardines et verser dessus un peu de sauce
6- Fermer vos papillotes et les enfourner pendant 15 min
7- Servir accompagner de riz ou d'un écrasé de pomme de terre