Sardines nantaises en papillote





4 personnes | 15 min préparation | 20-30 min cuisson

Les ingrédients

3 boîtes de 115 g de Sardines à la Nantaise la belle-iloise
600 g de pommes de terre à chair ferme, type Charlotte
300 g de julienne de légumes : carottes, courgettes, céleris raves par exemple ou encore poireaux, navets...
Sel et poivre

Les étapes

1- Laver les légumes et les couper en julienne avant de les mélanger dans un saladier et d'assaisonner
2- Plonger les boîtes de sardines dans de l'eau chaude avant de les ouvrir pour sortir les poissons sans les casser
3- Découper 4 carrés de papier aluminium de 30 cm de côté
4- Sur chaque feuille, répartir le mélange de légumes, 3 sardines et un peu de sauce
5- Refermer les papillotes et enfourner à four très chaud 20 à 30 minutes