

Allumettes aux sardines fraîches

Préparation : 25 mn

Cuisson : 30 mn

Les ingrédients pour 6 personnes :

1 boule de pâte à pizza de 240 g
6 grosses sardines fraîches
2 tomates
2 oignons
1 gousse d'ail
1 boule de mozzarella de bufflonne
200 g de chair de tomates en boîte
Huile d'olive
2 pincées de graines de fenouil
Sel et poivre du moulin

Peler et émincer les oignons et les faire revenir 5 mn dans un peu d'huile d'olive. Ajouter la chair de tomates, 1 pincée de graines de fenouil, sel et poivre et laisser mijoter 10mn. Couper les tomates en tranches et retirer les graines. Couper la mozzarella en fines lamelles. Le ver les filets de sardines, le rincer et les éponger.

Étaler la pâte en un carré de 24 cm de côté et le couper en rectangles de 4 x 12 cm.

Mettre ces rectangles sur une plaque de cuisson tapissée de papier sulfurisé. Garnir les allumettes obtenues avec la sauce tomate, des tranches de tomates et 1 filet de sardine.

Répartir la mozzarella, les graines de fenouil restantes et arroser d'un filet d'huile d'olive. Cuire 15 mn environ à four préchauffé à 210°.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>