

Galette de sardines jus et émulsion de coriandre ou les saveurs d'une pêche à Arzeu

Ingrédients 4 personnes

- 1 Kg de sardines
- 2 Gousses d'ail
- 1 Bouquet de coriandre fraîche
- 2 Cuillères à soupe d'huile d'olive
- QS Chapelure

jus de coriandre ainsi que d'émulsion.

Servir chaud.



Préparation

Nettoyer et vider les sardines.

Lever les filets. Réserver au frais.

Ciseler l'ail et la moitié de la coriandre.

Poser des cercles à tartes de 6 centimètres de diamètre sur du papier sulfurisé.

Dans chaque cercle, déposer une couche de filets de sardine.

Parsemer d'ail et coriandre, Mettre une couche de chapelure.

Monter la préparation sur 3 couches en terminant par la chapelure.

Cuisson

Faire bouillir 25 cl d'eau. Faire infuser le restant de coriandre. Mixer jusqu'à émulsion.

Enfourner à 180 ° pendant 15 à 20 minutes. La galette doit être gratinée

Finition et présentation

Déposer une galette de sardine. Parsemer de

