

**Libreta:** Pescados  
**Creado:** 26/03/2018 18:23  
**URLOrigen:** <http://www.tranbel.com/sardinas-en-papillote.html>

---

## Sardinas en papillote

### INGREDIENTES

Sardinas 4 grandes  
Aceite 2 cucharadas soperas  
Perejil 0,5 cucharadita  
Cebollino 0,5 cucharadita  
Albahaca fresca 0,5 cucharadita  
Limón su zumo 1 cucharada  
Sal

### PREPARACIÓN

Eviscerar, escamar, descabezar y limpiar las sardinas al chorro del grifo, dejándolas escurrir.

En una taza batir el zumo de limón con el aceite y las hierbas frescas muy picadas.

Disponer cada sardina sobre un trozo de papel aluminio , vertiendo sobre ellas el batido anterior. Espolvorear ligeramente de sal y envolverlas en paquetes individuales.

Hornearlas a temperatura media/alta durante 15 minutos.

Servir con patatas fritas o asadas y pimientos de piquillo