

Pissaladière aux sardines

 x4 Difficulté  Budget   50 min

LES INGRÉDIENTS

- 250 gr de pâte à pizza,
- 30 gr de farine,
- 6 oignons,
- 1 cuillère à soupe de tapenade,
- 12 petites sardines,
- 10 cl d'huile d'olive,
- 10 olives noires,
- Fleur de sel,
- Poivre du moulin,
- 1 pincée de piment d'Espelette.

LA RECETTE

- Écaillez les sardines, découpez les têtes avec [le couteau universel Shin](#) de KYOCERA, sans aller jusqu'au bout puis tirer pour entrainer en même temps les entrailles.
- Ouvrez les sardines en deux par le ventre, séparez les filets, éliminez l'arête centrale.
- Rincez et épongez les filets, mettez-les dans un ravier, poudrez de fleur de sel avec [le moulin à épices réglable](#) de KYOCERA, arrosez d'huile et réservez au frais pendant 1 heure.
- Pelez et émincez les oignons. Faites chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile dans une sauteuse, ajoutez les oignons, préalablement émincés avec [le couteau universel Shin](#) de KYOCERA.
- Faites cuire 15 à 20 min à feu doux en tournant souvent, jusqu'à ce que les oignons soient translucides.
- Préchauffez le four à Thermostat 7 (210°). Étalez la pâte sur un plan de travail fariné et donnez-lui la forme d'un rectangle. Piquez-la de coups de fourchette, et enfournez-la pour 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'elle soit dorée et gonflée.
- Retirez-la du four et laissez refroidir. Juste avant de servir, étalez la tapenade sur la pâte, répartissez les oignons, rangez dessus les filets de sardine, parsemez de thym et de piment, ajoutez les olives et poivrez. Servez aussitôt.

Accompagnez votre pissaladière d'un délicieux rosé Côte-de-Provence, par exemple, à consommer avec modération !

www.kyocera-cuisine.fr

Contact Presse : **KEEPINTOUCH** - Delfine BOURGUIGNON

Email : rp@keepintouch.fr



VOS USTENSILES

- ✓ **1 couteau universel SHIN de KYOCERA** à lame en céramique noire de 13 cm naturellement affûtée.



- ✓ **1 Moulin à épices KYOCERA** avec broyeur en céramique réglable, parfaitement adapté à tous les mélanges d'épices, pour préserver saveurs et goût.

