



sartén

2 cucharadas aceite

cebolla

mantequilla

molde flanero

colocación de las sardinas



miga de pan

leche

2 huevos duros picados

2 huevos enteros

pimienta sal

horno

baño maria

salsa tomate

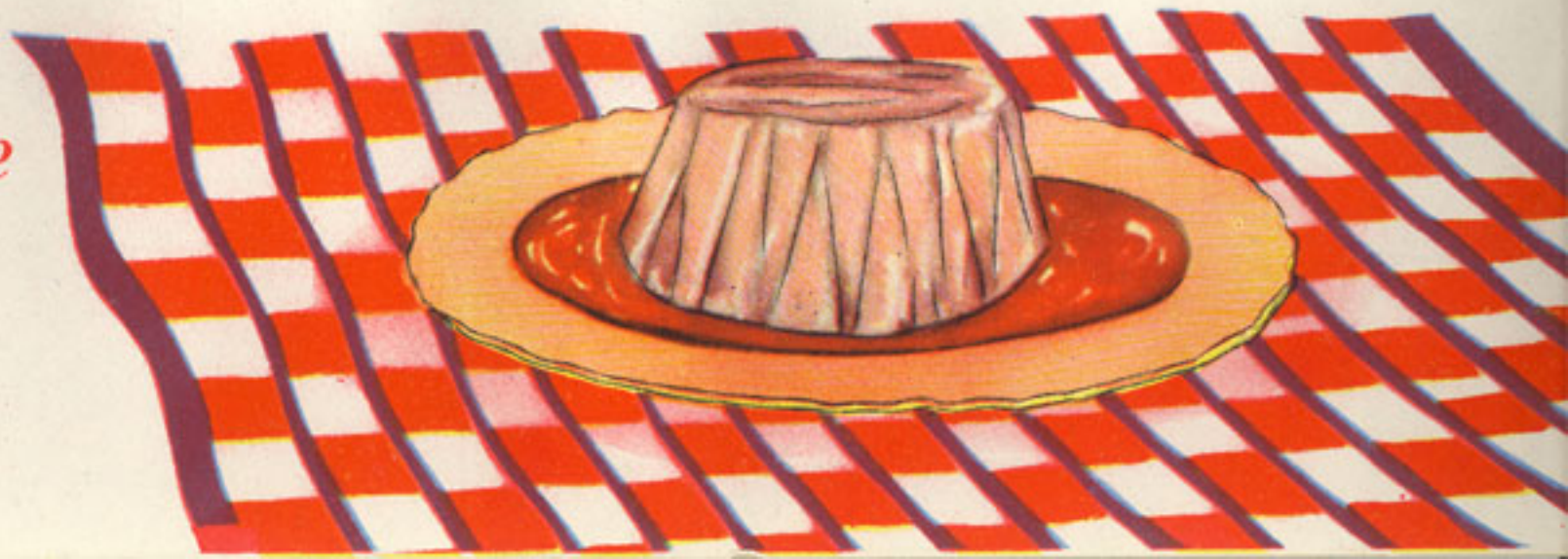
Budín de sardina con salsa de tomate

RACION PARA 4 PERSONAS

Creaciones Eva

PROHIBIDA LA REPRODUCCION

INSTRUCCIONES AL DORSO



BUDIN DE SARDINAS CON SALSA DE TOMATE

Colección O
Ficha N.º 1024

Ración para 4 personas

RECETA

- SARTEN. - ACEITE. - CEBOLLA.**— Pondremos en una sartén al fuego 2 cucharadas de aceite y una cebolla picada, que taparemos hasta que se ablande.
- FLANERO. - MANTEQUILLA. - SARDINAS.**— Mientras se estofa la cebolla, untaremos de mantequilla el interior de un molde flanero, en cuyo fondo iremos colocando de pie sardinas en conserva, abiertas y separadas en dos mitades, después de quitarles la espina.
- CAZO. - SARDINAS.**—
MIGAS DE PAN REMOJADAS EN LECHE.
HUEVOS DUROS. - HUEVOS CRUDOS.
CEBOLLA. - PEREJIL. - PIMIENTA. - SAL. En otro cazo y después de quitarles la espina, desmenuzaremos unas 5 sardinas más y las aplastaremos con una cuchara de madera, con la que seguiremos mezclando y aplastando 100 gramos de migas de pan, que habremos tenido a remojo en leche media hora, 2 huevos duros y 2 huevos crudos. Una vez bien mezclado y aplastado todo, añadiremos la cebolla que hemos estofado, 1 cucharilla de perejil picado, una pizca de pimienta y un poquitín de sal.
- RELLENO. - FLANERO.**— Rellenaremos el molde flanero con toda esta mezcla, que tendremos al baño maría unos 25 minutos, hasta que se cuaje.
- PRESENTACION.**— Volcaremos el contenido del flanero a una fuente redonda, le echaremos salsa de tomate a todo alrededor y lo serviremos en caliente.