Pommes de terre farcies aux sardines

60 min 2 pers.

Ingrédients

- 2 boîte de sardines à l'huile d'olive
- 4 grosses pommes de terre
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 120g de crème épaisse
- Ciboulette
- Sel
- Poivre

Réalisée avec

Préparation

- Laver les pommes de terre. Piquez-les à quelques endroits avec une fourchette. Enveloppez-les dans du papier aluminium et faites-les cuire au four à 200°C pendant environ 45 minutes à 1 heure, jusqu'à ce qu'elles soient tendres.
- Dans une poêle, chauffez l'huile d'olive à feu moyen. Ajoutez l'oignon haché et les gousses d'ail émincées, puis faites-les revenir jusqu'à ce qu'ils deviennent tendres.
- Ajoutez les sardines égouttées et émiettées dans la poêle. Faites cuire pendant quelques minutes.
- Incorporez la crème épaisse et quelques brins de ciboulette hachée. Mélangez bien pour obtenir une sauce crémeuse. Salez et poivrez à votre convenance.
- Une fois les pommes de terre cuites et refroidies légèrement, ouvrez-les légèrement sur le dessus et évidez-les délicatement à l'aide d'une cuillère, en prenant soin de ne pas percer la peau.
- Mélangez la pulpe des pommes de terre avec la préparation dans un bol.
- Remplissez chaque pomme de terre avec la préparation.
- Garnissez les pommes de terre avec le reste de ciboulette fraîche.
- Remettez les pommes de terre au four à 180°C pendant environ 10 à 15 minutes.
- Dégustez accompagné de salade verte !