

Rillettes de sardines



15 minutes



50/Càs



2 personnes



Oméga 3
Protéines

Ingrédients



1 boîte de sardines



20g de fromage blanc



1 échalote



1 citron vert



Quelques brins de ciboulette



2 tranches de pain complet

Étapes

Ciseler finement l'échalote et la ciboulette.

Dans un saladier, émietter les sardines à la fourchette.

Incorporer le fromage blanc, l'échalote, le jus du citron, la ciboulette et assaisonner avec un peu de sel et de poivre.

Faire griller les tartines de pain complet.

Plus qu'à tartiner vos rillettes.

Astuce : Ajouter une pincée de piment d'Espelette pour relever les rillettes.