



50 mn



35 mn



Pain de poisson

INGRÉDIENTS

pour 6 personnes

- 2 boîtes de sardines de votre choix
- 3 oeufs
- 100 g de fromage râpé
- 100 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 yaourt nature ou 100 ml de lait
- 1 citron (jaune ou vert)
- Poivre ou "5 baies"

PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 180 C (thermostat 6).
- Dans un saladier, mettre les ingrédients un par un et remuer à chaque fois.
- Mettre les œufs entiers, puis le yaourt (ou le lait), puis la farine, puis la levure chimique, puis l'huile d'olive.

- Emietter les sardines dans une assiette et les mettre dans le saladier.
- Dans le saladier, ajouter le jus du citron, le fromage râpé et le poivre.
- Mélanger.
- Huiler un moule à cake. Verser la préparation.
- Cuire au bain marie pendant 35 à 40 mn.

Cuisson au bain marie :

Mettre de l'eau dans un grand plat qui va au four, puis déposer le moule à cake qui contient la préparation. On vérifie le niveau d'eau pendant la cuisson. Il doit toujours y avoir de l'eau dans le grand plat pendant toute la durée de la cuisson. En ajouter si besoin.