

Sardines de Murcie



- 1 kg de tomates
- 24 sardines fraîches
- 2 poivrons verts épépinés et coupés en rondelles
- 1 oignon coupé en fines rondelles
- 2 pommes de terre coupées en tranches fines
- 2 c. à s. de persil plat ciselé
- 3 gousses d'ail hachées
- 1/4 de c. à c. de filaments de safran
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- Sel, poivre

Videz les sardines ou faites-le faire par le poissonnier. Supprimez l'arête centrale, les têtes et les queues et ouvrez-les à plat. Saupoudrez-les de sel côté chair. Découpez les tomates en fines rondelles.

Préchauffez le four à 180°. Huilez légèrement un plat en terre cuite. Disposez au fond du plat un tiers des tomates, puis la moitié des sardines, un tiers des poivrons, un tiers des oignons et un tiers des pommes de terre. Saupoudrez de persil et d'ail, poivrez, puis répartissez la moitié du safran. Couvrez les pommes de terre avec le reste des sardines, puis ajoutez les autres ingrédients en couches alternées. Terminez par une couche de tomates. Salez et poivrez généreusement, arrosez d'huile d'olive.

Mettez au four une heure à une heure trente, en couvrant d'un papier aluminium après 30 mn de cuisson. Si vous laissez deux heures, ce n'en sera que meilleur, les pommes de terre seront très bien cuites et les arômes se mélangeront idéalement.

Décorez de persil et servez dans le plat.