

# Sardines nantaises en papillote



4 personnes

15 min préparation

20-30 min cuisson

## Les ingrédients

**3 boîtes de 115 g** de Sardines à la Nantaise la belle-iloise  
**600 g** de pommes de terre à chair ferme, type Charlotte  
**300 g** de julienne de légumes : carottes, courgettes, céleris raves par exemple ou encore poireaux, navets...  
Sel et poivre

## Les étapes

- 1- Laver les légumes et les couper en julienne avant de les mélanger dans un saladier et d'assaisonner
- 2- Plonger les boîtes de sardines dans de l'eau chaude avant de les ouvrir pour sortir les poissons sans les casser
- 3- Découper 4 carrés de papier aluminium de 30 cm de côté
- 4- Sur chaque feuille, répartir le mélange de légumes, 3 sardines et un peu de sauce
- 5- Refermer les papillotes et enfourner à four très chaud 20 à 30 minutes