

# Rillettes de sardines



*Saison*  
Toute l'année



*Difficulté*  
Facile



*Temps*  
10 min



*Cuisson*  
0 min

## Ce qu'il vous faut (si vous êtes 2)

**100g** de fromage frais  
**1 boîte** de sardine à l'huile  
(100g), ou maquereau, thon  
**1** petite échalote

**2 càs** de jus de citron  
Facultatif : coriandre, persil,  
câpres

## A faire

Hacher finement l'échalote.

Mélanger le fromage frais avec la coriandre ciselée,  
les échalotes et le jus de citron.

Ajouter les sardines et les écraser à la fourchette  
(il restera des morceaux) ou au mixeur.

Dresser dans un bol, une verrine...

Décorer avec des feuilles de coriandre,  
persil..., des rondelles d'olives...

- Astuce -

*Servir à l'apéritif sur du  
pain, des feuilles d'endives,  
en verrines...  
Cette préparation peut faire  
partie de votre sandwich.*



*Restez chez vous, prenez soin de vous.*  
*En cas de besoin le SSU est là pour vous. [ssu@univ-lyon2.fr](mailto:ssu@univ-lyon2.fr)*