

Galettes au blé noir au beurre de sardines

La Fournaise aux fourneaux
fournaiseaufour.canalblog.com

Petite galette farcie roulée à découper et à dévorer pour l'apéritif.
Ici version iodée pour une mise en bouche originale.

Ingrédients (pour 3 galettes soit 40-45 bouchées) :

- * 3 galettes de blé noir
- * 1 boîte de sardines parfumées au choix
ici sardines à la tomate de 135g
- * la même quantité de beurre mou (moins 20%),
ici 110g
- * 1 jus de citron jaune (3-4 cl)
- * poivre



Préparation :

Sortir le beurre à l'avance pour qu'il soit mou.
Prendre deux galettes au blé noir froides déjà cuites (voir ma recette).
Dans un bol, verser la boîte entière de sardines et les écraser avec un pilon.
Ajouter la même quantité de beurre mou (moins 20%). Ici 110g de beurre.
Continuer à bien écraser avec le pilon puis la fourchette.
Ajouter le filet de citron et le poivre.
Continuer à bien mélanger pour rendre l'ensemble souple et homogène.
Etaler le tout uniformément sur la galette.
L'enrouler pour obtenir un « boudin ».
Mettre au frais emballer dans du papier film 1h à 2h.
Quand la galette est bien froide, couper des tronçons de 1 à 2cm de large.
Les faire tenir avec un cure-dent.
Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

Astuces :

On peut écraser les sardines avec une fourchette si on n'a pas de pilon.
On peut varier les parfums en changeant simplement la saveur des sardines.
On peut remplacer les sardines par du maquereau pour un goût plus prononcé.