SARDINHA A ESCABECHE

INGREDIENTES

1/2 kg de filé de sardinhas frescas

1 pimentão verde

1 pimentão vermelho

3 tomates

1 cebola grande

1/2 maço de salsa

1/2 maço de cebolinha

1/2 maço de coentro

1/2 xícara de azeite

1/2 xícara de vinagre

1/2 xícara de água

3 dentes de alho amassado

1 colher rasa (sobremesa) de sal

3 limões

orégano

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Em um recipiente mistura a água, o vinagre, o azeite e o sal

Pique a salsa, a cebolinha e o coentro

Ajeite tudo em uma panela de pressão, iniciando pelo passo 2

Coloque no fogo em pressão por 40 minutos

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/1109-sardinha-a-escabeche.html