

# BOLA DE SARDINHA

## INGREDIENTES

### MASSA:

massa: 4 xícaras de trigo sem fermento  
2 colheres (sopa) de fermento biológico  
3 colheres (sopa) de açúcar  
2 colheres (sopa) de leite em pó  
3 ovos  
2 colheres (sopa) de margarina  
1/2 xícara de óleo misturado com azeite  
1 1/2 xícara de água morna  
sal a gosto

### RECHEIO:

Recheio: 2 latas de sardinha  
1 dente de alho  
1 lata de seleta de legumes  
100g de molho de tomate (com uma colher rasa de açúcar)  
1 cebola cortada em rodela fina  
1 pimentão cortado em rodela fina  
orégano a gosto  
azeitonas e tomate (para decorar)  
cheiro verde picado (opcional)  
sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Em uma vasilha, misture a farinha de trigo, o sal, o fermento, leite em pó e o açúcar. Reserve.

Esquente a água.

No liquidificador, coloque a água morna, os ovos, a margarina e o óleo misturado com azeite. Bata na potência máxima por 1 minuto.

Na tigela com a farinha de trigo, acrescente aos poucos a mistura do liquidificador, mexendo sempre com uma colher de pau até ficar bem homogênea.

Coloque metade da massa em uma forma redonda, untada com margarina e farinha de trigo. Espalhe com a ajuda

de uma espátula.

Para o recheio, refogue o alho em um pouco de óleo, acrescente a sardinha, cheiro verde, o molho de tomate com uma colher de açúcar e a seleta de legumes. Espere esfriar.

Acrescente o recheio na metade da massa.

Cubra com rodela finas de cebola, pimentão e o orégano.

Coloque o restante da massa por cima.

Decore com azeitonas e fatias finas de tomate e pimentão.

Polvilhe com um pouco de orégano.

Leve ao forno preaquecido à 180º C por cerca de 50 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15081-bola-de-sardinha.html>