

# SARDINHA COM ERVILHA VERDE NA MANTEIGA

## INGREDIENTES

200 g de grãos de ervilha verde  
500 ml de água  
1 colher (sopa) cheia de manteiga  
1 cebola média  
alho a gosto  
sal a gosto  
1 lata grande de sardinha  
cheiro-verde a gosto

## MODO DE PREPARO

Deixe a ervilha de molho na água por 2 horas.

Em uma panela aqueça a manteiga.

Coloque o alho para fritar e em seguida a cebola picada, e deixe até dourar.

Adicione a ervilha com a água e deixe cozinhar em fogo baixo por aproximadamente 15 minutos, sem tampar pra não transbordar (forma uma espuma).

Se a água secar antes do ponto de cozimento, acrescente um pouco de água (o ponto ideal é al dente, pois a sardinha já é macia o suficiente).

Quando a água estiver quase secando, e a ervilha estiver no ponto.

Acrescente a sardinha com o próprio molho, não misture muito pra não esfarelar a sardinha.

Acrescente cheiro-verde de sua preferência e está pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16782-sardinha-com-ervilha-verde-na-manteiga.html>