

SARDINHA PRÁTICA NA PANELA DE PRESSÃO

INGREDIENTES

- 1 kg de sardinha esvicerada e limpa
- 3 cebolas grandes cortadas em rodela médias
- 1/4 de xícara de óleo ou azeite
- 4 dentes de alho
- 2 folhas de louro
- suco de 1 limão
- sal e pimenta-do-reino a gosto
- água suficiente para cobrir as sardinhas na panela

MODO DE PREPARO

- Tempere bem as sardinhas com sal, pimenta e alho batidos.
- Coloque no fundo de uma panela de pressão as cebolas e por cima as sardinhas temperadas.
- Adicione o suco de limão, óleo e cubra tudo com água.
- Tampe a panela de pressão e ligue o fogo, quando começar a soltar vapor pela válvula conte 30 minutos.
- Apos os 30 minutos destampe a panela e deixe até secar a água.
- Depois de pronto, coloque em recipiente de vidro e regue com bastante azeite de boa qualidade.
- Pode ser servido quente ou frio.
- Conserve em geladeira.
- Ótima opção à sardinha em lata.
- Delicioso.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/17887-sardinha-pratica-na-panela-de-pressao.html>