

# TORTA DE SARDINHA COM MASSA DE LIQUIDIFICADOR

## INGREDIENTES

### MASSA:

Massa:  
3 xícaras de chá de leite  
3 xícaras de chá de farinha de trigo  
4 ovos inteiros  
1 xícara de chá de óleo  
100 g de queijo parmesão ralado  
1 colher de sobremesa de fermento  
Sal a gosto

### RECHEIO /COBERTURA:

Recheio /cobertura:  
1 cebola picada bem miudinha  
1 dente de alho picado  
3 colheres de alcaparras picadas  
2 tomates picados pequeninos  
3 latas de sardinhas  
1 colher de azeite  
manjericão desidratado  
louro em pó, pimenta-do-reino  
salsa , cheiro verde, coentro e sal a gosto.

## MODO DE PREPARO

### RECHEIO:

Recheio:Refogue a cebola e o alho picado no azeite.  
Coloque os temperos desidratados,o tomate picado e as alcaparras.  
coloque as sardinhas e, por último, coloque o cheiro verde, coentro e sal a gosto.  
Espalhe uniformemente sobre a massa no refratário ou forma e asse por 35 minutos em forno preaquecido por 10 minutos.  
Excelente para um jantar leve com salada verde.