

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
manjerição 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.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34933-torta-de-sardinha-com-massa-de-liquidificador.html>