

TORTA DE SARDINHA ECONÔMICA

INGREDIENTES

RECHEIO:

Recheio: 1 tomate picado (sem semente)

1 cebola pequena

1 lata mista (que vem os dois já juntos) de ervilha e milho verde

1 sardinha pequena (de preferência coqueiro)

coentro ou salsa

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Para a massa iremos colocar os ovos, farinha de trigo, leite, o óleo, o fermento, queijo ralado e o sal dentro do liquidificador.

Bata bem por 1 minuto.

A quantidade de massa é pouca mesmo.

Após bater iremos colocar metade da massa em um refratário untado com margarina e farinha de trigo.

Vamos fazer o recheio.

Coloque em uma assadeira em fogo baixo a sardinha e amasse com um garfo.

Deixe bem dispersa, em seguida colocamos as verduras e a ervilha juntamente com o milho, uma pitada de sal, o coentro e a salsa.

Misture tudo, deixe 1 minuto no fogo e tire.

Despeje o recheio por cima da metade da massa colocada no refratário e em seguida derrame por cima o resto da massa.

Leve ao forno por 30 minutos!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35084-torta-de-sardinha-economica.html>