

# BOLA ESPECIAL DE SARDINHA

## INGREDIENTES

### MASSA:

Massa: 600 g de trigo especial sem fermento

1 colher de sopa de fermento seco granulado

2 colher de sopa de margarina ou manteiga

1 xícara de chá de leite líquido

3 ovos

1 colher de sopa de óleo

5 colheres de sopa de açúcar

1 colher de sopa de sal

1 e 1/2 xícara de água morna

### RECHEIO:

Recheio: 2 latas de sardinha

1 lata de seleta de legumes

1 cebola grande

1 pimentão verde

3 pimentas de cheiro

1 maço de cheiro verde

1 colher de óleo ou azeite

1 xícara de água

200 g de molho de tomate pronto tipo pomarola ou tarantela

sal a gosto

## MODO DE PREPARO

### RECHEIO:

Recheio: Em uma panela despeje o óleo juntamente com 1 cebola picada e refogue.

Acrescente 1 pimentão, as 3 pimentas de cheiro, 1 maço de cheiro verde e continue refogando.

Em seguida despeje 200 g de molho de tomate, acrescente o sal a gosto e 1/2 xícara de água até ferver e secar um pouco.

Coloque 2 latas de sardinha e 1 lata de seleta de legumes.

Acrescente mais 1/2 xícara de água e deixe pré-cozinhar até se transformar em um molho espesso.

Separe e deixe esfriar.

#### MASSA:

Massa:Primeiro misture em um copo de vidro 1 colher de fermento acrescido de 1 colher de açúcar.

Dissolva ambos em 1/2 xícara de água morna e reserve à parte, e atente para não transbordar.

Em uma bacia despeje 500 g de trigo, 1 colher de óleo, 1 colher de margarina, 2 ovos, 4 colheres de açúcar, 1 colher de sal e 1 xícara de leite.

Mexa tudo até ficar uniforme.

Despeje o fermento que estava separado no copo de vidro que já deve ter aumentado de volume.

Continue amassando e vá acrescentando água até virar uma massa tipo emborrachada e macia.

Deixe a massa descansar por 10 minutos.

#### MONTAGEM:

Montagem:Em uma forma de alumínio quadrada ou arredondada, segundo gosto, unte a mesma com 1 colher de margarina.

Separe a massa em 2 partes iguais e com um rolo estenda a massa até cobrir toda a extensão da forma.

Em seguida, com o recheio já frio, espalhe com as costas de uma colher por toda a superfície da forma.

Estenda a outra metade da massa sobre o recheio, calçando os cantos com a colher, se preocupando para não formar bolhas, por isso tente achatar a massa para continuar estendida e uniforme.

Com o ovo que sobrou, quebre em um copo e mexa clara e gema para depois pincelar sobre toda a massa.

Espere a massa subir (descansar), dependendo da temperatura de 20 minutos a 1 hora.

Preaqueça o forno por 5 minutos a 240°C e coloque a forma para assar por 40 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/36290-bola-especial-de-sardinha.html>