

SARDINHA DELICIOSA NA PRESSÃO

INGREDIENTES

1 kg sardinha fresca
2 cebolas cortadas em rodela
1 pimentão cortado em rodela
2 tomates picados
200 ml de azeite
1 colher (sopa) vinagre
1 folha de louro
1 pitada de sal
orégano a gosto

MODO DE PREPARO

Retirar as escamas da sardinha.

Fazer um corte pequeno abaixo da cabeça do peixe e limpá-lo por dentro.

Só retirar a cabeça e rabo após cozida, pois esse processo que vai fazer com que ela fique inteira.

Em seguida, acrescentar uma camada de cebola no fundo da panela.

Intercalar a sardinha com as demais verduras.

Por fim acrescentar o vinagre, azeite, sal e os temperos a gosto.

Após a pressão marcar 40 minutos, e está pronto.

Servir com arroz branco, salada verde e batatas grelhadas, fica uma delícia.

Também indico para entradas, o molho num pão francês fica divino!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/38377-sardinha-deliciosa-na-pressao.html>