

# TORTA DE SARDINHA E TOMATE

## INGREDIENTES

1/2 xícara (chá) de leite

1/2 xícara (chá) de óleo de girassol

3 ovos

1 cubo de caldo de peixe ou legumes

1 pitada de sal

1 pitada de pimenta do reino

1 e 1/2 xícara de farinha de trigo

1 colher (sopa) de fermento em pó

2 latas de sardinha limpa e escorrida

2 tomates médios sem pele e cortados em rodelas finas

2 cebolas médias cortadas em rodelas finas

orégano para polvilhar

manteiga e farinha de trigo para untar a forma

## MODO DE PREPARO

Corte as cebolas em fariás finas e, em uma frigideira com pouco óleo, dê uma refogada

No liquidificador, bata o óleo, o leite, os ovos, o caldo de peixe ou legumes e o sal

Adicione ao poucos a farinha de trigo e continue batendo até incorporar

Junte o fermento em pó e misture com uma colher de pau

Despeje a massa em uma forma média, untada com manteiga e enfarinhada

Despedace a sardinha com um garfo e distribua sobre a massa da torta

Cubra com as rodelas de tomate e com as cebolas refogadas

Polvilhe sal e pimenta, a gostar, e orégano

Regue com um pouco de azeite e leve ao forno preaquecido, por uns 30 a 35 minutos ou até assar

Corte em quadrados e sirva em seguida

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/3987-torta-de-sardinha-e-tomate.html>