# BUONA SARDINHELA

## INGREDIENTES

4 cenouras (grandes)

4 pimentões verdes (grandes)

2 latas de sardinhas

1/2 copo de óleo

1/2 copo de azeite

1 copo de leite

2 tabletes de caldo de legumes

1 cebola (grande)

1 cabeça de alho

1 1/2 xícara de (chá) salsinha e cebolinha, picadinha

1/2 xícara de (chá) de azeitonas verdes ou pretas, picadinhas

pimenta-do-reino a gosto

sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador, reservando apenas 1/2 xícara de salsinha picadinha.

Leve ao fogo brando, mexendo sempre, por 30 minutos para apurar.

Coloque num pote (grande) adequado ou distribua em potes menores, salpique o restante da salsinha e cebolinha e regue com azeite. Decore como quiser. Deixe esfriar e sirva sobre torradas e pães.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/45657-buona-sardinhela.html