

# SANDUÍCHE NATURAL DE SARDINHA

## INGREDIENTES

1 lata de sardinha

1 cenoura média ralada

3 pepinos médios em conserva bem picadinhos

1 lata de milho verde

200 g de maionese

1 tomate picadinho sem semente

cebolinha a gosto

alface

Queijo fatiado (mussarela, prato ou branco)

pão integral fatiado

## MODO DE PREPARO

Retire as escamas e a espinha da sardinha enlatada e desmanche-a em pedacinhos. Misture os outros ingredientes, menos a alface e o queijo.

Monte os sanduíches com o patê e coloque uma fatia de queijo e folhas de alface.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/46923-sanduiche-natural-de-sardinha.html>