

# TORTA SALGADA DE SARDINHA E MILHO

## INGREDIENTES

### MASSA:

Massa:  
3 ovos  
1/2 xícara de óleo  
2 xícaras de leite  
2 e 1/2 xícaras de farinha de trigo  
1 colher (sopa) de fermento em pó  
3 colheres (sopa) de queijo ralado  
1 pitada de sal  
manteiga para untar  
farinha de trigo para polvilhar

### RECHEIO:

Recheio:  
2 latas de sardinha  
3 ovos cozidos duros  
2 tomates bem maduros  
1 lata de milho verde  
1/2 cebola cortada em rodelas  
1/2 xícara de cheiro verde (coentro e cebolinha)  
Queijo ralado para polvilhar

## MODO DE PREPARO

### MASSA:

Massa:  
Bata os ingredientes no liquidificador pela ordem, até obter uma massa homogênea.  
Reserve.

### RECHEIO:

Recheio:  
Escorra o óleo das sardinhas e abra-as ao meio.  
Fatie os ovos grosseiramente.  
Corte os tomates em rodelas.  
Escorra o milho verde.

Escorra as fatias de cebola.

Pique o cheiro verde.

#### FINALIZAÇÃO:

Finalização: Unte uma fôrma com manteiga e polvilhe com farinha.

Despeje na fôrma metade da massa que está no liquidificador.

Coloque parte dos ingredientes do recheio sobre a massa, em camadas.

Cubra com o restante da massa.

Distribua o restante dos ingredientes e polvilhe com queijo ralado.

Asse em forno médio (180°C) preaquecido, por cerca de 40 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/46926-torta-salgada-de-sardinha-e-milho.html>