

## PATÊ DE SARDINHA LIGHT

### INGREDIENTES

1 lata de sardinha

125 g de ricota

2 a 3 colheres de azeite virgem

3 colheres de chá de alho picado

1 punhado de salsa moída

Orégano a gosto

### MODO DE PREPARO

Bata no microprocessador a ricota, acrescente o alho, salsa e orégano, bata novamente.

Acrescente a sardinha tendo o cuidado de deixar escorrer o líquido da lata e tirar a coluna interna de espinho, bata novamente até uniformizar.

Por último acrescente o azeite de modo a deixar ao seu gosto a pasta obtida.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50809-pate-de-sardinha-light.html>