

SARDINHA NA PANELA DE PRESSÃO (IGUAL AS DE LATA DO MERCADO)

INGREDIENTES

1 kg de sardinha fresca

8 tomates médios em rodelas (para cada sardinha grande coloca-se 1 tomate se a sardinha for média 2 sardinhas para 1 tomate)

2 cebolas em rodelas

1 pimentão em rodelas de preferencia vermelho

1 xícara de chá de azeite

Suco de 1/2 limão

1 embalagem de molho de tomate de 300g

Sal, orégano e cheiro verde a gosto

MODO DE PREPARO

Limpe a sardinha, não precisa tirar as escamas, pois é ela que não deixa a sardinha desmanchar. Tempere com o limão, o sal, o orégano.

Forre o fundo da panela de pressão com a metade dos tomates, 1 cebola e 1/2 pimentão, acomode as sardinhas em cima e ponha o restante dos legumes.

Adicione o azeite e o molho de tomate, feche a panela de pressão e deixe por 40 a 50 minutos em fogo baixo.

Elas ficam igualzinha as de lata ao molho de tomate que compramos no mercado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrápidas.com.br/receita/54397-sardinha-na-panela-de-pressão-igual-as-de-lata-do-mercado.html>