

SARDINHAS NA PRESSÃO UM PRATO BEM FÁCIL E MOLHADINHO FICA UMA DELÍCIA!!

INGREDIENTES

-
- 500g de sardinhas
- ½ xícara(110ml) de azeite
- 2 dentes de alho triturados
- 1 cebola grande fatiada
- 2 tomates fatiados
- 1 colher(sobremesa) de sal
- Pimenta do reino a gosto
- 3 folhas de louro
- 50 ml de vinagre
-

MODO DE PREPARO

-
- Na panela de pressão adicione o azeite e refogue o alho ligeiramente.
- Faça uma cama com as cebolas e os tomates em rodelas sobre o alho.
- Acomode as sardinhas sem a espinha, tempere com sal e pimenta do reino.
- Cubra com mais cebola e tomate, mais uma pitada de sal.
- Despeje o vinagre, o azeite, a folha de louro, tampe a panela e leve ao fogo para cozinhar.
- Quando a panela de pressão começar a chiar conte 20 minutos, desligue o fogo, aguarde até que a pressão da panela saia completamente.
- Coloque em uma marinex e leve para a mesa para degustar dessa sardinha na pressão com molho sensacional.
-

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/16695-sardinhas-na-pressao-um-prato-bem-facil-e-molhadinho-fica-uma-delicia.html>