

Sardinha na panela de pressão

INGREDIENTES:

- 1 kg de filé de sardinha fresca
- 8 tomates maduros sem pele e sem semente (picados em cubos grandes)
- 1 pimentão verde cortado em tiras
- 2 cebolas cortadas em anéis
- 3 dentes de alho amassados
- 1/2 xícara de azeite
- Limão
- Salsa picadinha
- Sal

MODO DE PREPARO:

1. Tempere as sardinhas com limão e sal.
2. Comece a arrumar em camadas finas na panela de pressão: tomate, cebola, alho, salsa, pimentão e sardinha, até terminar todos os ingredientes.
3. Por último, derrame o azeite.
4. Feche a panela e acenda o fogo.
5. Quando começar a apitar, abaixe o fogo e desligue após 10 minutos.
6. Abra a panela só depois que sair toda a pressão.
7. Pode ser servido quente com arroz e salada.
8. Pode ser servido frio com torradas e pão.