

# Sardinhas assadas com pimenta chili, alho, limão e salsinha

*Chef Jamie Oliver*

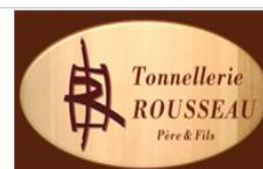
## INGREDIENTES

8 sardinhas  
1 colher (chá) de erva-doce  
1 pimenta chili (ou a gosto)  
4 dentes de alho  
Meio limão  
1 colher (chá) de talo de salsinha  
Sal Marinho Rui Simeão  
Azeite Valle Madruga



## PREPARAÇÃO

Ligue o forno na temperatura máxima para ficar bem quente.  
Coloque os peixes em uma assadeira e tempere com azeite, sal marinho e erva-doce.  
Agora é o momento de preparar a pimenta, o alho e o limão.  
Fatie a pimenta chili na diagonal e coloque sobre as sardinhas.  
Esprema os alhos sobre o peixe e, em seguida, faça o mesmo com meio limão.  
Pique os talos da salsinha, adicione e misture tudo, colocando um pouco de salsinha nas cavidades das sardinhas.  
Asse por cerca de 10 minutos e quando estiverem bonitas, crocantes e douradas elas estão prontas.



Alberto Ramos Moreira

935 626 736

[a.t.moreira.email@sapo.pt](mailto:a.t.moreira.email@sapo.pt)