

# Bruschettas de sardinha em refogado de pimentos e cebola

*Chefe Guram Baghdoshvili*

## INGREDIENTES

1 kg de sardinhas  
200 gr de cebola  
50 gr de coentros  
100 ml de vinho branco  
50 ml de azeite  
50 ml de vinagre  
5 dentes de alho  
2 folhas de louro  
2 cebolas  
2 tomates maduros  
2 pimentos variados  
1 pão caseiro  
Água  
Sal e pimenta q.b.



## PREPARAÇÃO

Limpe as sardinhas, retirando a espinha dorsal, cabeça e o rabo, aplique pequenos golpes no dorso salgue e leve ao forno em 1 fio de azeite; quando alouradas/cozinhadas reserve.

Numa frigideira leve a alourar no azeite, as cebolas cortadas em meia lua; em seguida adicione os pimentos também cortados em fatias finas e em meia lua, o alho em fatias finas, as folhas de louro, o vinho e vinagre e deixe cozinhar/ferver por 15 min.; adicione então os coentros picados.

Corte o pão em fatias e leve a torrar ligeiramente na torradeira/forno.

Leve a servir, empratando pela seguinte ordem: coloque a fatia de pão, por cima disponha um pouco refogado, em seguida a sardinha escalfada e regue com o molho do refogado, e assim sucessivamente.