

# FILÉ DE TILÁPIA SIMPLES

## INGREDIENTES

6 filés de tilápia  
alho a gosto  
pimenta do reino a gosto  
limão a gosto  
quanto baste de fubá  
óleo para fritar

## MODO DE PREPARO

Misture o sal, o alho, a pimenta e o suco do limão com água.  
Coloque os filés para marinar por 20 minutos antes de fritar.  
Coloque o fubá em um prato raso.  
Tire o alho dos filés e passe o peixe no fubá.  
Coloque o óleo (porção bem generosa) na frigideira e aqueça em fogo baixo.  
Frite os filés até ficar crocante.  
Tire os filés e coloque em um recipiente forrado com papel toalha para tirar o excesso da gordura.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15018-file-de-tilapia-simples.html>