

FILÉ DE MERLUZA EMPANADA

INGREDIENTES

2 ovos

1 xícara de farinha de trigo

1/2 limão

2 ovos

1 pitada de sal

3 filé de merluza

MODO DE PREPARO

Pegue os filés de merluza, tempere com limão e sal.

Depois em 2 pratos reserve os ovos misturados e no outro a farinha de trigo.

Passe os filés no ovo e depois na farinha de trigo.

Em uma frigideira coloque a quantia de óleo que cubra os filés.

Coloque para esquentar o óleo, quando estiver bem quente, jogue os filés de um em um.

Depois tire e escorra o óleo em papel-toalha.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/17145-file-de-merluza-empanada.html>