

FILÉ DE TILÁPIA ASSADO

INGREDIENTES

2 filés de tilápia
1 limão rosa
3 folhas de louro
3 folhas de salsinha
1 batata média
azeite
pimenta-do-reino
sal a gosto

MODO DE PREPARO

Tempere o filé de tilápia como limão, sal a gosto, pimenta e azeite.

Pegue papel-alumínio e faça uma "cama" para o peixe usando as batatas cortadas bem finas.

Tempere com azeite as batatas e coloque o peixe sobre ela, cubra e feche o papel-alumínio.

Leve o filé ao forno, preaqueça o forno a 180º C, por 10 minutos, e deixe assando por 25 minutos, abra o envelope e verifique o ponto do peixe.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/17452-file-de-tilapia-assado.html>