

# ESCONDIDINHO DE PEIXE COM ABÓBORA

## INGREDIENTES

800 g de filé de tilápia  
1 pacote de creme de cebola  
1 cebola  
1 colher (sopa) de manteiga  
400 g de abóbora (qualquer tipo)  
1 vidro de leite de coco  
100 g de creme de leite  
1 pacote de queijo ralado  
manjeriço  
salsinha

## MODO DE PREPARO

Coloque os filés de tilápia em uma travessa de vidro e despeje todo o creme de cebola sobre eles.  
Se os filés estiverem "carnudos", fure-os com uma faca.  
Corte a abóbora em cubos, cozinhe até ficar macia, escorra e reserve.  
Em uma panela média, coloque a manteiga e a cebola picada e refogue.  
Junte a abóbora e amasse bem, deixando pedacinhos pequenos dela.  
Coloque o leite de coco, o requeijão cremoso, o creme de leite e metade do queijo ralado.  
Mexa bem até que a consistência fique boa e menos aquosa.  
Coloque o manjeriço e a salsinha picados.  
Despeje sobre os filés, cubra com papel alumínio e leve ao forno em 180° C, por 40 minutos.  
Retire o papel-alumínio, coloque a outra metade do queijo ralado e volte ao forno por mais 20 minutos.  
Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/17745-escondidinho-de-peixe-com-abobora.html>