

# ESTROGONOFE DE PEIXE

## INGREDIENTES

6 filés de peixe sem espinho

alho a gosto

sal a gosto

óleo a gosto

orégano a gosto

pimenta a gosto

1/2 pimentão verde picado em pedaços minúsculos em cubinhos

1/2 pimentão vermelho picado em pedaços minúsculos em cubinhos

1 caixa de creme de leite

1 maço de tamanho razoável de cebolinha verde picada

## MODO DE PREPARO

Se os seus filés estiverem congelados, deixe-os descongelar em temperatura ambiente, após descongelados lave-os em água corrente com cuidado para não se desmancharem.

Após lavar, seque-os com cuidado com papel toalha, corte-os em pedaços não muito pequenos e reserve.

Coloque o suficiente de óleo apenas para cobrir o fundo da panela, deixe aquecer o suficiente para não queimar o alho.

Doure o alho de forma que fique bem amarelinho, em seguida acrescente os pimentões cortados bem fininhos e em cubinhos, de uma fritada no pimentão, tomando cuidado para não deixá-los queimar.

Acrescente o peixe picado mexendo devagar, depois acrescente a pimenta e o orégano. Coloque água o suficiente para cobrir o peixe e mexa devagar, tampe a panela e deixe cozinhar.

Em um liquidificador, bata o creme de leite com a cebolinha verde até virar um creme pastoso e dissolva totalmente na cebola

Acrescente o creme de leite batido com o molho de peixe cozido e mexa com cuidado,

deixe apurar um pouco e desligue, caso não esteja satisfeito com o tempero, acrescente mais tempero.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20646-estrogonofe-de-peixe.html>