

PAPELOTE DE SAINT PETER, COM ARROZ NEGRO E PURÊ DE ERVILHA

INGREDIENTES

2 filés de saint peter (ou salmão, namorado ou outro peixe de corte mais gordinho)

1/2 pimentão vermelho

1/2 pimentão amarelo

1/2 cenoura

1 cebola média

2 dentes de alho

1 limão

1 xícara de ervilha congelada

2 folhas de papel-alumínio (ou manteiga, mas eu prefiro alumínio) para envelopar o peixe

1/2 xícara de arroz negro

sálvia e tomilho

azeite

sal

pimenta

MODO DE PREPARO

ARROZ NEGRO:

Arroz negro: Por ser bem duro, deixe-o submerso em água fria por, pelo menos, 3 horas.

Troque a água de vez em quando e despeje-o em uma panela com mais 3 xícaras de água fria.

Ligue o fogo médio somente depois que tudo estiver na panela.

Adicione, em seguida, 1/2 cebola e 1 dente de alho picados.

Se quiser, adicione um tablete de caldo de legumes ou de frango que tenha em casa, para dar um saborzinho a mais (também vai bem com nozes picadas).

Deixe cozinhar até amolecer os grãos.

Prove, adicione sal.

Fica pronto quando a água secar e os grãos estiverem macios, mas não moles, como arroz branco.

Se ainda estiverem duros, adicione mais uma xícara de água e deixe no fogo até que amoleça.

PURÊ:

Purê: Refogue numa frigideira 1/2 cebola e 1 dente de alho picados.

Adicione a xícara de ervilhas e deixe amolecer.

Bata a mistura toda num mixer com um pouco de azeite, para dar liga, adicione sal, prove e pronto.

PEIXE:

Peixe:Numa vasilha, adicione os filés e o suco do limão.

Deixe por 1 ou 2 minutos e passe os filés para o papel-alumínio, já cortado (lembre de deixar uns 3 cm para cima e para baixo, para poder torcer ou dobrar o papel).

Coloque o peixe no centro do papel, adicione sal, pimenta, os pimentões já cortados em rodelas e as cenouras em palitos sobre o peixe.

Adicione um pouco do suco do limão e um pouco de azeite sobre tudo.

Coloque umas folhas de sálvia entre os espaços e uns ramos de tomilho sobre tudo, para aromatizar.

Agora é só fechar o pacote ao meio, uma folha sobre a outra, como num envelope.

Torça ou dobre as pontas e leve ao forno preaquecido a 200º C, numa assadeira, por 15 minutos, no máximo.

O peixe fica pronto rápido, mas perceba se os legumes já amoleceram.

Monte seu prato e sirva com um bom vinho branco.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/21263-papelote-de-saint-peter-com-arroz-negro-e-pure-de-ervilha.html>