TILÁPIA COM CROSTA ESPECIAL

INGREDIENTES

500 g de filé de tilápia

4 colheres (sopa) de azeite

raspas de limão

1 colher (chá) de sal

alecrim

1,5 pães duros/torradas

3 limões

pimenta do reino

MODO DE PREPARO

Esprema os 3 limões e adicione sal a gosto em um recipiente grande o suficiente para caber os filés de tilápia.

Coloque os filés e deixe na geladeira por 2 horas.

Triture os pães/torradas com um triturador ou rale-os com um ralador até virar um farelo grosso com 1 ou 2 mm.

Adicione o azeite, sal, alecrim (a gosto), alho picado bem fino e as raspas de limão.

Mexa bem até a mistura se formar homogênea e o tempero se dissipar completamente.

O azeite deve ser o suficiente para aderir a toda quantidade de pão/torrada.

Se faltar, adicione mais.

Não coloque muito para que não fique muito úmido.

Após as 2 horas, retire o peixe.

Prepare uma assadeira forrada com alumínio, unte com azeite, e disponha os filés.

Cubra 1 a 1 com a mistura de pão e aperte bem sob o filé e espalhe em toda superfície do filé.

Não é necessário colocar a mistura em todo file, só na superfície.

Preaqueça o forno por 10 minutos.

Coloque o filé por 40 minutos no forno a 180° C.

Fique atento pois ele estará pronto quando a crosta ficar dourada.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/21439-tilapia-com-crosta-especial.html