

FILÉ DE PEIXE ASSADO COM BANANA

INGREDIENTES

- 1 kg de filé de peixe (tilápia ou de sua preferência)
- 2 dentes de alho bem picadinho
- 1/2 cebola picadinha
- 1/2 limão (usei limão siciliano)
- 1 pitada de sal
- 3 bananas de sua preferência (usei nanica)
- 3 fios de azeite
- 1 ovo
- 100 g de farinha de trigo (usei integral)
- 2 tomates cortados em rodela bem fininhas (opcional)
- 6 cubinhos de bacon (opcional)
- 1 pitada de páprica apimentada (opcional)

MODO DE PREPARO

Em uma tigela grande, coloque os filés de peixe, junte o alho, sal, páprica, cebola, limão e 1 fio de azeite ou tempero de sua preferência.

Deixe por 5 minutos.

Com auxílio de um garfo, passe os filés no ovo e em seguida na farinha e então coloque na forma um ao lado do outro.

Retire a casca da banana, corte ao meio acompanhando o desenho (em fatias).

Adicione as bananas por cima dos filézinhos, espalhe as rodela de tomate e os cubinhos de bacon ao redor dos filézinhos.

Preaqueça o forno a 200° C, tempo de preparo no meu forno foi de 25 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22999-file-de-peixe-assado-com-banana.html>