

FILÉ DE SAINT PETER AO FORNO RÁPIDO

INGREDIENTES

6 filés de Saint Peter (também conhecidos como tilápia)

2 tomates maduros em rodela

1 pimentão

azeitonas verde sem caroço

1 cebola grande em rodela

1/2 limão

azeite de oliva

sal a gosto

salsinha ou alecrim

pimenta-do-reino

MODO DE PREPARO

Tempere os filés com o limão, o sal e a pimenta.

Para que os filés fiquem mais úmidos e suculentos, utilize o papel-alumínio como uma trouxa dentro da assadeira.

Disponha os filés de peixe, corte em rodela os tomates, a cebola, o pimentão e coloque por cima dos filés de maneira harmoniosa.

Adicione por último as azeitonas e finalize com um pouco de azeite, salsinha ou alecrim.

Feche o papel-alumínio de maneira a formar uma trouxa e leve ao forno médio por 20 minutos.

Retire do forno, abra o papel-alumínio e deixe por mais 10 minutinhos no forno para secar a água.

Enquanto o peixe assa, aproveite para fazer o arroz.

É rápido e muito saboroso, bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/23514-file-de-saint-peter-ao-forno-rapido.html>