

FILÉ DE MERLUZA AO MOLHO DE CHAMPIGNON

INGREDIENTES

800 g de filé de merluza

sal a gosto

4 dentes de alho amassados

tempero misto a gosto

coentro a gosto

molho

1 lata de creme de leite

250 g de champignon

1 cebola em rodela

5 colheres (sopa) de extrato de tomate

1 lata de milho verde

farinha de trigo e farinha de rosca para empanar

MODO DE PREPARO

Tempere o filé de peixe com os ingredientes alho sal tempero misto e coentro.

Deixe pegar gosto e empane os filés com as farinhas.

Frite os filés e deixe bem sequinho.

Refogue a cebola com alho, acrescente os champignons, o creme de leite, o extrato de tomate e o milho e deixe ficar cremoso.

Coloque os filés empanados e fritos em um refratário e em seguida despeje o molho por cima.

Leve ao forno e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24059-file-de-merluza-ao-molho-de-champignon.html>