

FILÉ DE MERLUZA AO MOLHO BRANCO

INGREDIENTES

MOLHO:

Molho: 1 caixa de creme de leite

1 vidro de leite de coco

250 g de requeijão cremoso

1 colher (sopa) rasa de alecrim desidratado

1/2 de cebola grande picada

MODO DE PREPARO

Tempere o peixe com limão sal e pimenta do reino e deixe marinando enquanto prepara o molho.

Numa panela média refogue a cebola (e alho caso preferir).

Acrescente o creme de leite, o requeijão e o leite de coco.

Caso deseje mais molho acrescente mais creme de leite e requeijão cremoso, contanto que o molho fique mais grosso, pois o peixe solta água.

Coloque a colher de alecrim, uma pitada de pimenta-do-reino e uma pitada de sal, sempre experimentando (já que peixe estará temperado e o requeijão cremoso já tem sal).

Com o molho pronto, coloque uma camada dele no fundo de uma assadeira e espalhe os filés de peixe. Acrescente mais uma camada generosa de molho por cima e cubra com as fatias de queijo.

Caso a assadeira seja pequena, é só repetir o processo e ir montando em camadas, sempre deixando molho sob e sobre o peixe finalizando com o queijo mussarela.

Leve ao forno por cerca de 15 a 20 minutos com temperatura de 250° C.

Salpique a cebolinha por cima e com arroz integral e brócolis, ou o acompanhamento de sua preferência.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24316-file-de-merluza-ao-molho-branco.html>