

FILÉ DE PEIXE ENSOPADO

INGREDIENTES

1 filé de peixe grande
1 tomate grande sem sementes
1 cebola grande
1 pimentão
2 limão
1 salsinha e cebolinha
1 coentro
1 cabeça de alho
1 sachê de extrato de tomate
sal a gosto

MODO DE PREPARO

Reserve o filé de peixe com limão e alho e sal a gosto.

Frite o alho no azeite e depois, bem picadinho, o tomate, o pimentão, a cebola, a salsinha, a cebolinha e o coentro.

Coloque na panela com um copo de água e deixe ferver bem.

Para as verduras ficarem bem incorporadas ao peixe, sem que fiquem secas, coloque um sachê de extrato de tomate, mais um pouco de água e sal e deixe ferver.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25172-file-de-peixe-ensopado.html>