

TILÁPIA ACEBOLADO

INGREDIENTES

1 kg de filé de tilápia

700 g de cebola

500 g de tomate

sal a gosto

azeite a gosto

alecrim a gosto

salsinha a gosto

MODO DE PREPARO

Tempere o peixe com sal e alecrim ou como preferir.

Assim o tempero vai assentando, enquanto o prato é montado “frio”, antes de ser assado.

Unte a panela/travessar de vidro (usei panela elétrica) com um pouco de azeite.

Preencha o fundo do recipiente com rodela grossas de cebola.

Não podem ser finas, pois elas irão derreter e queimar o peixe.

Acrescente os tomates cortados em rodela também ou pedaços, de forma que formem camadas dentro do recipiente.

Faça uma camada de filé de tilápia, já temperado.

Colocar mais tomate e cebola, dessa vez somente alguns círculos, por cima.

Salpique a salsinha por cima.

Coloque a panela elétrica em temperatura baixa, por 20 minutos.

No caso do forno, deixe por aproximadamente 15 conforme o tamanho do peixe.

Regue tudo, com um pouco de azeite.

Após, deixe por 10 a 15 minutos com temperatura alta, para que possa secar a água.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27689-tilapia-acebolado.html>