

MERLUZA OU POLACA AO LEITE DE COCO

INGREDIENTES

1/2 kg de peixe

1 vidro pequeno de leite de coco

1/2 abobrinha fatiada

4 batatas pequenas fatiadas

8 azeitonas

cheiro verde

cebola

alho

MODO DE PREPARO

Tempere o peixe com sal, limão e pimenta-do-reino.

Em uma panela com azeite refogue a cebola e o alho.

Acrescente a abobrinha, batata , azeitona e o cheiro verde.

Tempere a gosto.

Quando começar a soltar água coloque o peixe e deixe cozinhar por aproximadamente 20 minutos.

Acrescente o leite de coco e desligue após 3 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29013-merluza-ou-polaca-ao-leite-de-coco.html>