

FILÉ DE PEIXE ESPECIAL

INGREDIENTES

1 kg de filé de peixe à sua escolha
1 tomate cortado em cubos
1 cebola cortada em cubos
1 vidro 200 ml de champignons
1 endívia média
2 limões
tempero a gosto
azeite a gosto
100 ml de vinho tinto suave
noz-moscada
pimenta-bode moída
1 sazón do nordeste

MODO DE PREPARO

Tempere os filés de peixe a gosto, coloque os 2 limões espremidos.

Unte um refratário com azeite e coloque os filés, regando com um pouco de azeite, cerca de 4 colheres de sopa, leve para assar em fogo alto, até secar toda a água e o filé estiver bem dourado.

Em uma frigideira, coloque 2 colheres de sopa de azeite, refogue o tomate, a cebola, o champignon e a endívia.

Acrescente 1 sazón do nordeste, 1 pitada de noz-moscada, 1 pitada de pimenta-bode moída e sal a gosto. Quando secar o caldo dos legumes, acrescente a taça de vinho e deixe refogando até o vinho estar incorporado, cerca de uns 6 minutos.

Quando tirar o filé de peixe do forno, cubra com o panachê de legumes e especiarias e sirva imediatamente.

Para acompanhar, um arroz branco ou purê de batatas.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29081-file-de-peixe-especial.html>