POLACA EMPANADA DE FRIGIDEIRA

INGREDIENTES

500 g de polaca

farinha de trigo (para empanar)

2 ovos médios

orégano desidratado a gosto

sal e pimenta a gosto

azeite de oliva para fritar

MODO DE PREPARO

Corte o peixe em fatias e tempere com sal e ervas de sua preferência

Misture o orégano na farinha de trigo para dar um sabor especial

Empane com a farinha de trigo

Lembre

Sirva junto com algum molho que goste ou limão e bom apetite

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/3160-polaca-empanada-de-frigideira.html