

FILÉ DE MERLUZA NO AZEITE

INGREDIENTES

1 kg e 1/2 de merluza congelada

2 litros de leite

4 pimentões amarelos

4 pimentões vermelhos

4 tomates

1 cebola grande

7 a 10 batatas

1 litro de azeite de oliva

2 colheres (sopa) óleo

sal a gosto

azeitona a gosto

MODO DE PREPARO

MONTAGEM DO PRATO:

Montagem do prato: Em um refratário coloque uma camada do refogado, depois as batatas em rodela (não precisa colocar muito juntas, senão vai precisar de muita batata), coloque o peixe (pode colocar os pedaços inteiros ou então desfiá-los, suavemente, com as mãos), coloque os tomates em rodela.

Repita essa sequência até que os ingredientes terminem. De preferência termine com o refogado.

Por último, enquanto o forno preaquece, adicione o azeite até que ele apareça com uma camada considerável no fundo do refratário, a fim de que cozinhe um pouco mais os ingredientes.

Sirva quente com arroz e uma salada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33511-file-de-merluza-no-azeite.html>