

PINTADO NA TELHA

INGREDIENTES

1 kg e 1/2 de pintado cortado em postas
1 limão
6 tomates maduros picados
1 cebola grande picada
1 cabeça de alho esmagado
1 pimentão verde picado
1 pimentão amarelo picado
1 pimentão vermelho picado
200 g de champignon
4 colheres de sopa de alcaparra
5 colheres de sopa de azeitonas pretas picadas
5 colheres de sopa de azeitona verde picadas
200 ml de leite de coco
3 colheres de sopa de azeite de dendê
1 maço de cebolinha picado
1 maço de salsinha picado
1 talo de alho poró picado
sal a gosto
azeite de oliva a gosto
pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

MONTAGEM:

Montagem: Unte a telha com azeite. Coloque metade do molho na telha. Coloque o peixe sobre o molho. Cubra o peixe com o restante do molho. Leve a telha (destampada) ao forno em fogo alto por 1 hora.

Sirva com arroz branco e farofa de banana.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33771-pintado-na-telha.html>