

# 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>