

CONGRIO ROSA À MODA DA CASA

INGREDIENTES

700 g de filé de congrio rosa
4 dentes de alho esmagados
1 limão
pimenta-do-reino branca a gosto
sal a gosto
azeite de oliva
3 colheres de sopa de manteiga
3 tomates italianos maduros, sem sementes e cortados em cubos
1 cebola picada
4 colheres de sopa de azeitona verde picada
4 colheres de sopa de azeitona preta picada
4 colheres de sopa de champignon em lâminas
4 colheres de sopa de alcaparras

MODO DE PREPARO

MOLHO:

Molho: Em uma panela, derreta a manteiga e regue com um pouco de azeite.

Acrescente a cebola e refogue por, aproximadamente, 3 minutos.

Acrescente o tomate, as azeitonas, alcaparra e o champignon.

Cozinhe por 2 minutos e reserve.

Não é necessário colocar sal no molho pois os ingredientes já são salgados.

PEIXE:

Peixe: Tempere os filés com alho, sal, pimenta, limão e azeite.

Deixe marinar por 40 minutos.

Leve ao forno preaquecido a 200°C por 10 minutos.

Retire e cubra os filés com o molho.

Volte ao forno por mais 10 minutos e sirva acompanhado de arroz branco e purê de mandioquinha.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34076-congrio-rosa-a-moda-da-casa.html>