

# PINTADO À BELLE MEUNIÈRE

## INGREDIENTES

1 kg de filé de pintado  
6 colheres de manteiga  
10 camarões médios limpos  
100 g de champignon  
2 colheres de sopa de alcaparras  
1 limão  
50 g de farinha de trigo  
sal a gosto  
pimenta-do-reino a gosto  
cheiro verde a gosto

## MODO DE PREPARO

Tempere os filés de pintado com limão, pimenta-do-reino e sal.

Corte os camarões em pedaços e o champignon em lâminas.

Passe os filés na farinha de trigo e tire o excesso.

Aqueça numa frigideira 2 colheres de manteiga e então doure os filés em ambos os lados.

Retire da frigideira, disponha numa travessa e mantenha aquecido.

Coloque na frigideira mais uma colher de manteiga e refogue rapidamente os camarões e os cogumelos (retire da frigideira e reserve).

Acrescente à frigideira a manteiga restante e doure-a, retire do fogo e acrescente a alcaparra.

Regue os filés com gotas de limão e salpique o cheiro verde.

Cubra os filés com o molho.

Sirva com arroz branco e batata sauté.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34206-pintado-a-belle-meuniere.html>