

DOURADO À MODA MARINO

INGREDIENTES

RECHEIO:

Recheio: 1 fio de azeite de oliva

3 vidros de palmito picado em conserva

2 latas de milho verde

1 maço de salsinha

1 maço de cebolinha

2 potinhos de requeijão cremoso

1 potinho de creme de leite fresco (nata)

1 e 1/2 cabeças de brócolis cozido ao dente

sal e pimenta-do-reino a gosto (cuidado, pois alguns ingredientes já tem sal, e o peixe já está temperado, muito cuidado)

PARA ENFEITAR:

Para enfeitar: 1 vidro de azeitona preta

5 rodela de pimentão amarelo

5 rodela de pimentão vermelho

12 rodela de cebola curtidas no azeite (Antes de começar o preparo do peixe, lave as cebolas cortadas em água morna, e deixe de molho no azeite de oliva, sal, pimenta-do-reino e umas gotas de limão)

4 ovos cozidos cortados em rodela (opcional)

MODO DE PREPARO

Limpe e espalme o peixe, deixando as escamas.

Regue toda carne do peixe com o leite de coco e depois com o azeite.

Em seguida, passe o alho em pasta por toda a superfície.

Regue o suco de meio limão por todo o peixe, e massageie a carne levemente.

Adicione o glutamato monossódico por todo o peixe, e alise novamente a carne.

Em seguida salpique sal por todo o peixe e por último a pimenta-do-reino.

Regue o peixe com mais azeite, faça alguns furos por toda a carne com um garfo, e deixe descansar.

Acenda a churrasqueira, cubra a grelha com papel alumínio e reserve.

Misture todos os ingredientes do recheio menos o brócolis, acerte o sal (cuidado porque o peixe já tem sal).

Acrescente o brócolis cortado em pequenas "árvorezinhas", e mexa suavemente para se incorporar aos outros

ingredientes, reserve na geladeira.

Coloque o peixe na grelha, e leve à churrasqueira à uns 3 palmos e meio do fogo.

Asse por 1 hora, ou mais, até que a carne esteja branca e quase assada.

Retire o peixe da churrasqueira e espalhe o recheio por igual por todo ele.

Volte à churrasqueira por mais 30 / 40 minutos.

Coloque os pimentões, as rodelas de cebola, os ovos cozidos cortados em rodelas e azeitonas pretas, leve por mais 15/20 minutos ao fogo.

E está pronto, é só servir com arroz e uma salada verde.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34337-dourado-a-moda-marino.html>