

FILÉ DE PANGA

INGREDIENTES

- 1 kg e 1/2 de filé de panga
- 1 cebola pequena
- 2 tomates pequenos
- alho amassado
- pimenta-do-reino, pimenta calabresa, cominho, sal (a gosto)
- 1 colher (chá) rasa de colorau
- 1 limão grande

MODO DE PREPARO

Em uma vasilha coloque o filé de panga com o limão e o sal.

Em uma panela coloque o óleo, o alho, a cebola e uma pitadinha de sal.

Quando estiver dourado coloque o tomate, junte o filé e coloque meio copo de água, tampe.

Quando estiver cozido coloque o colorau e mexa, depois coloque os temperos .

Se quiser coloque pimentão e uma colher de creme de leite, sirva morno.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34643-file-de-panga.html>