

FILÉ DE PESCADA ASSADO DE GALA

INGREDIENTES

VINAGRETE:

Vinagrete:2 tomates maduros picados

1 cebola ralada

1 pimentão vermelho picado

Sal, azeite e orégano à gosto para temperar o vinagrete

Salsa, cebolinha e coentro se gostar

MODO DE PREPARO

Comece temperando o peixe descongelado e seco em uma vasilha com sal a gosto, caldo de um limão espremido e uma colher de sopa de mostarda e reserve. Em uma panela com água e um pouco de sal, cozinhe as batatas e a cenoura cortados em rodelas grossas. Não cozinhe muito, apenas até ficar “al dente”.

Unte um refratário grande com azeite e disponha sobre ele os legumes cozidos, as azeitonas, rodelas de palmito, e cubra com metade do vinagrete.

Coloque por cima os pedaços de peixe já temperados conforme descrito acima.

Disponha o restante do vinagrete por cima do peixe, cubra com o mix de salsa, cebolinha e coentro.

Coloque um fio de azeite de boa qualidade por cima de tudo e leve para assar em forno médio por aproximadamente 35 minutos.

Servir, com arroz integral ou purê de batatas. Fica muito bom!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35423-file-de-pescada-assado-de-gala.html>