

FILÉ DE ABADEJO COM MOLHO DE ALCAPARRAS

INGREDIENTES

2 filés de abadejo

1 limão

5 g de pimenta-do-reino branca

2 dentes de alho amassados

1/2 cebola grande em pétalas

150 g de manteiga

100 g de alcaparras no vinagre

sal a gosto

cheiro verde a gosto

MODO DE PREPARO

Tempere os filés com limão, sal e pimenta-do-reino(descanse por uma hora).

Numa frigideira de borda alta derreta a manteiga e junte as alcaparras, a cebola e o alho.

Apure até amolecer a cebola, formando um molho.

Numa chapa untada com azeite extra virgem grelhar os filés em ambos os lados até dourar.

Disponha os filés grelhados em uma bandeja.

Verta sobre eles o molho e cubra com cheiro verde.

Sirva com arroz branco e mandioca frita.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35725-file-de-abadejo-com-molho-de-alcaparras.html>