

ESTROGONOFE DE LULA

INGREDIENTES

500 g de lula limpa e fresca de preferência

1 lata de molho de tomate

1 caixinha de creme de leite sem soro

1 fio de azeite

1 cebola média

1 dente de alho

1 colher de chá de coentro fresco

1 colher de chá de salsinha fresca

sal a gosto e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

Corte as lulas em rodela, frite o alho com a cebola até ficar dourada.

Acrescente o molho de tomate e deixe apurar por uns cinco minutos em fogo baixo.

Depois de apurar bem acrescente as lulas em rodela junto com o coentro e deixe cozinhar por mais dez minutos.

Não é necessário acrescentar água. Após os dez minutos acrescente o creme de leite e o sal se achar necessário. Está pronto.

Finalize espalhando a salsinha.

Sirva com arroz branco e batata palha se desejar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/36465-estrogonofe-de-lula.html>