

FILÉ DE LINGUADO ASSADO COM MAIONESE

INGREDIENTES

500 g de filé de linguado

1 cebola

coentro

azeite de oliva

sal

limão

3 colheres de sopa de maionese light

MODO DE PREPARO

Lave o peixe com limão e reserve.

Corte metade da cebola em rodela e espalhe num recipiente de vidro.

Corte um pouco de coentro e espalhe no recipiente.

Use 2 colheres de sopa de maionese light e espalhe sobre a cebola e o coentro.

Coloque azeite de oliva a gosto.

Coloque o peixe sobre os ingredientes que já estão no recipiente.

Coloque sal a gosto sobre o peixe.

Corte a outra metade da cebola em rodela e ponha sobre o peixe.

Corte mais um pouco de coentro e espalhe sobre o peixe.

Use 1 colher de sopa de maionese e espalhe sobre o peixe.

Coloque um pouco mais de azeite de oliva sobre o peixe.

Leve ao forno por aproximadamente 35 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/39197-file-de-linguado-assado-com-maionese.html>