

PINTADO AO MOLHO

INGREDIENTES

1 kg de posta de pintado
suco de 2 limões
sal
óleo para fritar o peixe
2 colheres de sopa óleo
4 dentes de alho amassadinhos
1 cebola picada
1 pimentão picado sem sementes
3 tomates maduros cortados em cubinhos, sem sementes
4 colheres de sopa de extrato de tomate
2 pimentas de cheiro verde
1 pimenta bode
1 pitada de pimenta-do-reino
cheiro verde a gosto
200 ml de leite de coco
água o suficiente para cobrir as postas

MODO DE PREPARO

Temperar as postas de peixe com sal, pimenta-do-reino e o suco de limão.

Reserve e deixe descansar por aproximadamente 1 hora.

Em uma panela colocar o óleo, acrescente o alho, cebola, deixe dourar.

Adicione o tomate, pimentão e refogue.

Acrescente o extrato de tomate, a pimenta, cheiro verde e a água.

Deixe ferver e apurar um pouco. Enquanto isso frite o peixe e depois coloque as postas no molho e deixe cozinhar.

Tempere a gosto.

Quando o molho engrossar coloque o leite de coco, misture devagar e deixe ferver por 1 minuto. Acrescente o cheiro verde a gosto, desligue o fogo e sirva a seguir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/39503-pintado-ao-molho.html>