

TAINHA RECHEADA NO FORNO

INGREDIENTES

1 tainha inteira com escamas e aberta

300g de camarão (pode substituir por 1 vidro de palmito)

2 cebolas raladas

3 dentes de alho amassados

2 tomates picados

2 xícaras de cheiro verde

farinha de mandioca

sal

pimenta-do-reino

azeite de oliva

1 colher de chá de colorau (opcional)

1/2 xícara de azeitonas verdes picadas (opcional)

MODO DE PREPARO

Lavar bem a tainha com água corrente. Temperar por dentro com cheiro verde, azeite de oliva, 1 cebola ralada, 1 dente de alho amassado, sal e pimenta-do-reino. Deixar marinar por pelo menos 30 minutos.

Enquanto isso fazer um refogado numa panela com azeite de oliva, cebola ralada, alho amassado, tomate e camarão. Adicionar sal e pimenta-do-reino. Quando estiver cozido colocar cheiro verde e colorau. Desligar o fogo e adicionar farinha de mandioca. Não colocar muito, deixar meio úmido.

Adicionar azeitonas picadas e mexer bem.

Rechar a tainha com esta farofa úmida e fechar com palitos de dente ou costurar com barbante.

Se a tainha estiver sem escamas cobri-la com papel alumínio.

Colocar para assar por aproximadamente 1 hora.

Servir com arroz branco e salada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/39611-tainha-recheada-no-forno.html>