

TILÁPIA BATIDA

INGREDIENTES

1 tilápia média inteira fresca

suco de um limão

sal a gosto

1/2 copo de trigo

óleo o quanto baste para fritar

MODO DE PREPARO

Escamar, tirar a cabeça da tilápia e abri-la.

Rente à espinha (coluna) corte os espinhos dos dois lados da coluna de fora a fora.

A tilápia vai se abrir, puxe a espinha a partir do rabo e ela sairá inteira.

Com uma faca média, bata os dois lados com pouca força.

A ideia é que os espinhos se quebrem em pedaços pequeninos.

Temperar com sal e limão.

Marinar por 10 minutos

Passar no trigo e fritar em óleo quente.

Quando os dois lados estiverem bem dourados tirar e secar em papel toalha.

Você a comerá sem sentir os espinhos que torraram.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/39649-tilapia-batida.html>