

FILÉ DE PEIXE ASSADO COM LEGUMES DA FÊ

INGREDIENTES

600 g de filé de peixe - qualquer um, usei pescadinha

1 cebola picada

2 tomates picados

2 dentes grandes de alho picados

sal e pimenta-do-reino a gosto

orégano

2 cenouras grandes

2 batatas doces grandes

1 limão espremido

azeite

MODO DE PREPARO

Tempere os filés de peixe com alho, pimenta-do-reino, sal e limão e reserve.

Corte as cenouras e batatas doces em rodelas grossas e cozinhe levemente.

Corte a cebola e os tomates, misture os dois e acrescente um pouco de orégano, reserve.

Unte uma assadeira com azeite (generosamente).

Forre a assadeira com os legumes ferventados. Cubra-os com os filés de peixe (jogue o resto do tempero por cima do peixe). Distribua a cebola e os tomates por cima do peixe.

Leve ao forno preaquecido até a água praticamente secar (manter o fogo baixo). A cebola ficará dourada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40214-file-de-peixe-assado-com-legumes-da-fe.html>