

TAINHA FRITA COM MOLHO DE MAIONESE E LEGUMES

INGREDIENTES

1 tainha de mais ou menos 1 kg, limpa e temperada só com sal

1 colher de sopa de azeite

3 dentes de alho amassados

1 cebola picadinha

2 tomates

1 sachê de massa de tomate

1/2 colher de sopa de colorau

cheiro verde e coentro a gosto

3 batatas cozidas em rodelas

2 cenouras cozidas em rodelas

ovos de codornas cozidos (pode ser de galinha)

1 vidro pequeno de maionese

MODO DE PREPARO

Refogue o alho e a cebola no azeite, adicione os tomates, a massa de tomate e o colorau.

Faça um molho (como se fosse pra uma macarronada), adicione o cheiro verde e o coentro.

Adicione as batatas, as cenouras, os ovos , misture tudo, coloque a maionese e por último acerte o sal.

Frite a tainha, coloque num refratário e sirva com o molho sobre o peixe e arroz branco.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41039-tainha-frita-com-molho-de-maionese-e-legumes.html>