

MOQUECA DE PEIXE COM VERDURAS AO LEITE DE COCO

INGREDIENTES

2 kg peixe pintado, surubin ou outro
3 batatinhas grandes
2 cenoura grandes
2 tomates vermelhos
sal a gosto
temperos (pimenta cheiro ardida, cheiro verde)
2 cebolas grandes
1 vidro de leite coco
2 colheres de óleo de dendê (ou azeite)

MODO DE PREPARO

Em uma panela funda coloque o peixe em fatias grossas bem distribuídas.

Em seguida coloque as verduras picadas em tamanho médio em cima do peixe, coloque os temperos.

Acrescente 2 copos de água, tampe e deixe cozinhar por uns 20 minutos, não mexa.

Com uma faca de ponta ou garfo veja se as verduras estão cozidas coloque mais um pouco de água se estiver pouco caldo.

Vá colocando o sal aos poucos, a gosto, mexendo devagar para não despedaçar o peixe. Coloque o óleo de dendê ou azeite e por último aos poucos o leite de coco.

Deixe engrossar e pronto.

Sirva-se.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41192-moqueca-de-peixe-com-verduras-ao-leite-de-coco.html>