MERLUZA AO FORNO COM BANANA DA TERRA E MOLHO BRANCO

INGREDIENTES

6 a 8 filés de merluza já temperados com alho, sal e limão

3 bananas da terra cortada em tiras

Molho branco (ver receita no site)

150 g de queijo mussarela

150 g de farinha de rosca

1 ovo

óleo

MODO DE PREPARO

Pegue os filés já temperados e empane-os passando no ovo ligeiramente batido com o garfo e na farinha de rosca. Frite-os em óleo quente até dourar e reserve. Em seguida frite também as bananas da terra cortada em tiras e reserve. Para montar é simples, em uma refratária untada com um fio de óleo, disponha os filés de merluza empanados e sobre cada um deles ponha a banana frita em tiras. Depois é só cobrir com o molho branco e a mussarela levando ao forno por 15 minutos ou até que a mussarela esteja completamente derretida.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/42034-merluza-ao-forno-com-banana-da-terra-e-molho-branco.html