

FILÉ DE PEIXE À JULIENNE DE LEGUMES COM MOLHO DE CREAM CHEESE

INGREDIENTES

1 limão

3 a 4 filés de peixe, por exemplo, tilápia, bacalhau fresco, cação...

1 cenoura grande

1 alho-poró, só a parte branca

1/2 cebola grande em cubos

20 g de manteiga

3/4 copo de vinho branco seco

100 ml de creme de leite

100 g de cream cheese

1 a 2 colheres de sopa de mostarda

1 cubo de caldo de peixe ou de galinha

Sal e pimenta, açúcar a gosto

MODO DE PREPARO

Lave os filés, tempere com o suco de limão, sal e pimenta e reserve.

Corte a cebola em cubos grossos.

Descasque a cenoura e lave o alho-poró, corte os dois em "Julienne" que são riscas finas de legume (tire as camadas de alho poró e corte com faca, tire fatias passando-o num ralador e depois corte com faca).

Derreta 20 g de manteiga em uma frigideira grande, refogue a cebola. Em seguida, adicione o Julienne e refogue bem.

Adicione vinho e deixe o fogo baixo. Despeje o cubo de caldo de peixe e creme de leite, cozinhe sem tampa de 7 a 8 minutos até ficar cremoso.

Junte o cream cheese.

Tempere com mostarda, sal, pimenta e açúcar a gosto

Coloque os filés de peixe em cima e deixe cozinhar com tampa em fogo baixo por 7 a 10 minutos (dependendo da espessura dos pedaços de peixe) e vá regando os filés com o molho quente.

Pode servir com arroz e salada, batatas e claro, um vinho branco.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/42665-file-de-peixe-a-julienne-de-legumes-com-molho-de-cream-cheese.html>