

CAÇÃO EXPRESSO

INGREDIENTES

500g de cação em postas temperado
1 berinjela cortada em rodela
1 abobrinha cortada em rodela
1 tomate sem sementes picado
1 colher de sopa de margarina
2 colheres de sopa de farinha de trigo
4 colheres de molho ou extrato de tomate
leite a gosto
azeite a gosto
sal a gosto
2 colheres de requeijão cremoso

MODO DE PREPARO

Unte um refratário com um pouco de azeite e disponha as camadas de berinjela e abobrinha.
Por cima coloque as postas de cação já temperadas.
Alterne novamente com os legumes e finalize com uma outra camada do peixe.
Coloque o tomate picado, regue novamente um pouco de azeite e reserve.
Em uma panela coloque a margarina e misture rapidamente a farinha de trigo.
Coloque o leite aos poucos mexendo bem até engrossar levemente.
Acrescente o molho ou o extrato de tomate e coloque o requeijão e quando dissolver retire do fogo.
Cubra o peixe com o molho e polvilhe o queijo ralado.
Leve para o forno pré-aquecido por 30 minutos.
Para acompanhar, servir com arroz, salada verde e purê de mandioca.
Bom apetite!

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/44282-cacao-expresso.html>