

CIOBA RECHEADA NO FORNO

INGREDIENTES

1 cioba inteira limpa de 1,4 kg mais ou menos

tomates cortados em cubos

2 cebolas cortadas em cubos

1/2 pimentão cortado pequeno

coentro

sal e pimenta-do-reino a gosto

azeite

1/2 lata de ervilha

MODO DE PREPARO

Tempere o peixe com o sal o azeite e a pimenta por dentro e por fora, reserve.

Refogue a cebola no azeite em seguida coloque os outros ingredientes refogue por 3 minutos.

Recheie o peixe regue com azeite.

Em uma forma untada com azeite forre com papel alumínio.

Coloque o peixe, cubra com papel alumínio e leve ao forno por 40 minutos.

Retire o papel, regue com azeite e deixe mais por 15 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidass.com.br/receita/44687-cioba-rechada-no-forno.html>