

FILÉ DE TILÁPIA SEQUINHO

INGREDIENTES

- 1 kg de filé de tilápia
- 6 colheres de farinha de trigo
- 4 colheres de farinha de milho
- 2 colheres de amido de milho (maisena)
- suco de 3 limões (grandes)
- 2 copos americanos de água
- sal a gosto
- 2 xícaras de óleo (para fritar)

MODO DE PREPARO

Em uma tigela colocar a água e o suco de limão.

Mergulhar os filés nesta mistura cerca de 10 minutos.

Tirar os filés da mistura da água com limão.

Salgar a gosto.

Em outra tigela misturar a farinha de trigo, farinha de milho e o amido.

Em seguida passar os filés pela mistura das farinhas até cobrir totalmente.

Fritar em óleo quente até dourar.

Pode ser acompanhado por arroz branco, saladas verdes.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/44824-file-de-tilapia-sequinho.html>