CAÇÃO AO MOLHO DE PIMENTÕES.

INGREDIENTES

MOLHO:

Molho: 1 cebola

2 dentes de alho

1/2 pimentão vermelho

1/2 pimentão amarelo

1/2 pimentão verde

azeite

1 lata de tomate pelado

1 pacoto de molho de tomate tradicional

sal a gosto

1 colher de café de molho inglês

CAÇÃO:

Cação:4 postas médias de cação

sal a gosto

cheiro verde

suco de 2 limões

MODO DE PREPARO

PREPARANDO O CAÇÃO:

Preparando o cação:Comece a receita preparando o cação. Tempere-o com sal, limão e cheiro verde e deixe marinar com 30 minutos.

Após os 30 minutos, aquesça uma frigideira, e frite as postas até que adquiram uma cor levemente dourada. Cuidado para que as postas não se desmanchem. Reserve.

PREPARANDO O MOLHO:

Preparando o molho: Coloque na panela o azeite e deixe esquentar. Adicione a cebola e o alho picados. Deixe dourar.

Após refogar o alho e a cebola, acrescente os pimentões cortados em tiras e deixem refogar. Caso necessário, acrescente um pouco de água.

Quando os pimentões começarem a amolecer, acrescente o tomate pelado e o molho de tomate. Coloque um

punhado de açúcar (para quebrar a acidez), acrescente o molho inglês e acerte o sal.

PREPARANDO O CAÇÃO COM O MOLHO:

Preparando o cação com o molho:Coloque o cação em uma forma e jogue o molho de pimentões por cima. Leve ao forno por aproximadamente 20 minutos. Sirva com um arroz branco ou a grega.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/45314-cacao-ao-molho-de-pimentoes.html