

FILÉ DE PEIXE AO FORNO – MAGNÍFICO

INGREDIENTES

1 kg de filé de peixe (de sua preferência)
1/2 kg de batatas cortadas em rodela finas
1 pacote de creme de cebola
1 pimentão amarelo (grande) cortado em rodela grossas
1 tomate (grande) cortado em rodela grossas, sem sementes
1 cebola (grande) cortada em rodela grossas
4 dentes de alho (dois amassados e dois cortados ao meio)
2 folhas de louro (inteiras)
suco de 1 limão (pequeno)
azeite a gosto
sal a gosto
fondor a gosto (opcional)
queijo parmesão ralado (fresco) para polvilhar

MODO DE PREPARO

Pegue os filés e corte-os ao meio.

Tempere com os dois dentes de alho amassados, o suco do limão, pouquinho sal e as folhas de louro.

Deixe neste tempero por 30 minutos.

Passado o tempo, unte um refratário com azeite.

Coloque as batatas cortadas em rodela no fundo do refratário e salpique um pouquinho de sal sobre elas (pode ser Fondor).

Pegue os filés, e esprema um pouquinho, para tirar o excesso de caldo, reserve em um prato.

Passes os filés no creme de cebola, como se fosse empanar.

Em seguida, coloque-os por cima das batatas no refratário.

Acrescente os pimentões, o tomate, as cebolas, os dentes de alho cortados ao meio e as folhas de louro.

Regue com azeite e polvilhe Fondor (se preferir use sal).

Polvilhe o parmesão ralado.

Leve ao forno pré aquecido por mais ou menos 25 minutos, ou até que os filés e as batatas fiquem macias.

Sirva com arroz e salada verde.

Delícia!

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/46259-file-de-peixe-ao-forno-magnifico.html>