LINGUADO AO MOLHO DE CAMARÃO

INGREDIENTES

5 filés de linguado

600 g de camarão médio limpo

300 g de queijo ralado

300 g de ervilhas frescas

2 cebolas picadas

1 dente alho

6 tomates sem pele e sem semente

3 limões

Sal

Pimenta-do-Reino

MODO DE PREPARO

Tempere pelo menos 3 horas antes os filets de linguado, com limão, sal, pimenta-do-reino a gosto.

Numa panela, refogue no azeite as cebolas picadas com o alho amassado.

Junte os tomates e cozinhe por pelo menos 20 min (se preferir, coloque uma pitada de açúcar para retirar a acidez).

Adicione sal a gosto.

Junte a ervilha e cozinhe até que a ervilha esteja macia, mas sem desmanchar.

Coloque os camarões apenas para darem uma cozida rápida (eles ficarem rosados).

Acomode os filets de linguado num refratário ou forma (sem o caldo dos limões, só os filés), espalhe sobre eles o molho.

Cubra com uma boa camada de queijo ralado.

Cubra a forma ou refratário com papel alumínio.

Deixe assar no forno por 20 minutos a 180ºC, retire o papel alumínio, asse por mais 15 minutos.

Sirva com arroz branco.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49445-linguado-ao-molho-de-camarao.html