LINGUADO RECHEADO COM BRÓCOLIS

INGREDIENTES

6 filés de linguado

sal e pimenta-do-reino a gosto

1 xícara de chá de brócolis cozido e picado

1/2 xícara de chá de batata cozida e espremida

1 xícara de chá de requeijão cremoso

1 lata de creme de leite

50 g de queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARO

Tempere os filés de peixe com sal e pimenta, reserve.

Em uma tigela coloque o brócolis, a batata e 2 colheres sopa de requeijão, misture até formar uma posta e tempere com sal e pimenta.

Recheie os files com o creme e enrole prenda com palitos de dente e transfira para um refratário pequeno.

Em outra tigela misture o creme de leite, o requeijão restante, sal e pimenta-do-reino a gosto, espalhe sobre os files e polvilhe com o queijo parmesão ralado.

Leve ao forno até gratinar, sirva em seguida.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49698-linguado-recheado-com-brocolis.html