

# TAINHA GRELHADA SUCULENTA

## INGREDIENTES

- 1 taíinha grande
- 2 tomates sem sementes cortado em cubinhos
- 1 pimentao verde cortado em cubinhos
- 1 pimentao vermelho cortado em cubinhos
- 1 pimentao amarelo cortado e cubinhos
- 1 cebola cortada em cubinhos
- salsa e cebolinha
- 1/2 limão
- sal a gosto
- 1 vidro de maionese hellmann's de 500 g

## MODO DE PREPARO

Lavar bem a taíinha, mas não tirar a escama.

Abri-la ao meio pelas costas.

Em uma vasilha misture todos os ingredientes, pimentão, cebola, salsa e cebolinha, limão, sal e a pimenta se quiser, adicione também toda a maionese.

Sobre ela aberta com a escama para baixo coloque essa maionese temperada por cima da carne do peixe.

Cubra com papel alumínio e leve à brasa.

Vai cozinhar por 30 minutos.

Após esse tempo retire o alumínio e deixe ainda com a escama para baixo, em fogo médio, por mais uns 40 a 50 minutos.

O ponto dela e quando o creme ficar dourado por cima, pode servir com arroz branco, batatas palhas e salada verde.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50224-tainha-grelhada-suculenta.html>