

MEDALHÃO DE PEIXE

INGREDIENTES

1KG de filé de merluza ou pescada

0,5kg de batata hbt ou asterix

1 limão

coentro a gosto

sal a gosto

1 cebola batidinha ou ralada

2 dentes de alho bem socado

1 colher de sopa de azeite

1 colher de óleo

Oleo de soja para fritura

MODO DE PREPARO

Temperar o peixe com limão, sal e coentro bem picadinho. Refogar a cebola e o alho em azeite e óleo sem deixar corar, só para amolecer e ficar transparente.

Colocar o peixe temperado, misturando com o refogado.

Fechar a panela e deixar cozinhar, sem secar (é bem rapidinho).

Cozinhar as batatas com pouquinho ou nenhum sal.

Depois de cozido o peixe, separa-lo do caldo e amassá-lo (pode socar com o tempero e tudo).

Depois de cozida a batata, esprema como para um pure e misture ao peixe socado, sem o caldo. Prove o sal.

Se ficar muito seca, acrescente o caldo aos poucos, só para umedecer.

Faça bolas da massa e achate-as como um hambúrguer grosso.

Passe na farinha de trigo dos dois lados.

Frite em óleo quente. Seque com papel toalha.

Espete uma azeitona preta em cima, no meio.

Sirva quente.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/52127-medalhao-de-peixe.html>