

ATUM EM POSTAS AO MOLHO DE VINHO BRANCO, AZEITONAS E AMÊNDOAS

INGREDIENTES

4 fatias de atum
4 fatias de atum
100 g de azeitonas
1/2 copo vinho branco seco
30 g de amêndoas
30 g pinhões
1 limão
alho
sal
óleo
manjerição
tomilho (também conhecido como timo)
salsa
pimenta-do-reino

MODO DE PREPARO

Em uma frigideira aqueça duas colheres de azeite, reclinar as postas de atum e ferva 4 minutos por lado. Aromatize com o vinho, deixe evaporar, adicionar sal e pimenta e ferva por mais 2 minutos. Enquanto o atum se doura e assa, pique as azeitonas com amêndoas, pinhões, casca de limão ralada, meio dente de alho, manjerição, tomilho e salsa. Retire as postas da frigideira, coloque em prato quente pra servir servir. No seu caldo na frigideira refogue o composto picado para um minuto e polvilhe com ele as postas de atum. Sirva imediatamente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/52226-atum-em-postas-ao-molho-de-vinho-branco-azeitonas-e-amendoas.html>