

# ARRUMADINHO DE PANGA

## INGREDIENTES

300 gm de panga  
1 colher de de sopa de alho poro picado  
2 rabanete médio picado  
1 cebola roxa picada  
1 pimentão amarelo  
1 pimentão vermelho  
2 jilós picados  
800 g de abóbora madura moída  
Um raminho de alecrim  
Sal a gosto  
Pimenta a gosto  
1 raminho de manjeriço  
2 cubos de caldo de peixe  
250 ml de leite de coco  
100 ml de óleo de dendê  
300 ml de vinho branco seco  
200 g de manteiga  
1/2 litro de água

## MODO DE PREPARO

Em uma panela coloque a manteiga e junte o alho, o rabanete, a cebola, os pimentões, o jiló e dê uma gratinada.

Em seguida junte os dois tabletes de caldo de peixe o vinho o leite de coco e o óleo de dendê.

Misture bem até levantar fervura.

Depois coloque o panga picado e a abóbora moída com o ramo de alecrim e manjeriço com um pouco de água.

Tempere a gosto e deixe apurar por uns 45 minutos após levantar fervura.

Sirva acompanhado de arroz branco.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/52574-arrumadinho-de-panga.html>