

FILÉ DE MERLUZA A PORTUGUESA

INGREDIENTES

1 kg de filé de merluza

5 dentes de alho de amassados

suco de limões grandes

sal a gosto

4 ovos cozidos cortados em rodelas

6 batatas grandes cortadas em rodelas

6 cebolas grandes cortadas em rodelas

6 tomates maduros cortados em rodelas

1 pimentão verde cortado em rodelas (sem sementes)

1 sachê molho pronto

100 g de alcaparras

Azeite extra virgem

MODO DE PREPARO

Coloque os filés em um recipiente e tempere com os dentes de alho, o suco dos limões e o sal, deixe descansar 20 minutos.

Os ingredientes serão colocados em camadas seguindo esta ordem:

Forre o fundo da panela com metade das batatas em rodelas, as alcaparras, regue c bastante azeite depois coloque uma camada de filé de merluza, uma camada de cebolas, outra de ovos e outra de pimentões e tomate, despeje metade do sachê de molho e repita todo o processo com o restante dos ingredientes.

Leve a panela ao fogo médio/baixo em média 40 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/53274-file-de-merluza-a-portuguesa.html>