

# 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 rodela  
6 batatas grandes cortadas em rodela  
6 cebolas grandes cortadas em rodela  
6 tomates maduros cortados em rodela  
1 pimentão verde cortado em rodela (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 rodela, as alcaparras, regue com 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>