

FILÉ DE MERLUZA COM BATATAS

INGREDIENTES

- 500 g de file de merluza
- 5 batatas grandes cortadas em fatias
- 2 tomates cortados em fatias
- 1 cebola grande cortada em fatias
- 1 cenoura grande cortada em fatias finas
- Sal, alho e pimenta-do-reino a gosto
- Mais ou menos 1/2 xícara de azeite

MODO DE PREPARO

modo de preparo

cozinhe as batatas e as cenouras com um pouco de sal, mais deixe ao dente isto e crocante.

tempere os file de merluza com sal, alho e pimenta e reserve

em um refratário coloque um fio de azeite e espalhe por todo o refratário, coloque uma camada de batata outra de cenoura de tomate e cebola e o file de merluza. coloque novamente outra camada de tomate, cenoura, cebola e batata coque mais fio de azeite por cima cubra com papel alumínio e leve ao forno, ate que seque toda a água, pois por causa do tomate juntara água mais ou menos 40 minutos, uns 05 minutos ante retire o papel alumino para dourar a batatas.

e só servir com arroz branco e uma delicia

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/53360-file-de-merluza-com-batatas.html>