POSTAS DE ATUM AO FORNO

INGREDIENTES

1 atum fresco de 3 kg cortado em postas

3 limões

½ xícara de azeite

4 folhas de louro pequenas

1 cebola média cortada em rodelas

salsinha a gosto

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Lave e limpe bem o atum, em seguida esprema um limão sobre todo o peixe e reserve.

Em um recipiente misture ½ xícara de azeite, uma colher de sopa de sal e a salsinha picada.

Passe um pouco de azeite em cada posta e salpique sal, em seguida despeje a mistura de azeite, sal e salsinha sobre todo o peixe e coloque as folhas de louro. Deixe repousar por 30 minutos.

Coloque na assadeira duas colheres de shoyu e espalhe algumas fatias de cebola, acomode as postas e cubra com o restante da cebola.

Leve ao forno por 25 minutos (não precisa cobrir com papel alumínio).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/53824-postas-de-atum-ao-forno.html