

# ESCABECHE DE FILÉ DE MELUZA

## INGREDIENTES

1 kg de peixe tipo meluza sem espinha

1 tomate

1 cebola

2 dentes de alho

1 saquinho de sazón

4 colheres de extrato de tomate

2 caixinhas de creme de leite

1 copo de água

Sal e pimenta-do-reino a gosto

## MODO DE PREPARO

Coloque o peixe meluza em uma panela, em seguida coloque o tomate, a cebola cortados em cubos pequenos, os alhos amassados, o sazón, o extrato de tomate, o sal e a pimenta a gosto e meio copo de água.

Deixe cozinhar de 30 a 40 minutos.

Depois despeje o creme de leite e a água que sobrou, deixe refogar por mais 10 minutos sempre mechendo para não pegar no fundo da panela.

Está pronto para servir com arroz branco, bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/54553-escabeche-de-file-de-meluza.html>