FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO FUNGHI

INGREDIENTES

6 filés de tilápia

2 limões

manteiga

40 g de funghi secchi

1/2 cebola picada em cubos

2 dentes de alho picados

1 pote de nata

1/2 xícara de vinho branco

sal temperado e sal branco a gosto

2 xícaras de água morna

queijo parmesão ralado a gosto

MODO DE PREPARO

Tempere os filés de tilápia com sal temperado e os limões, reserve

Hidrate o funghi na água morna por 30 minutos

Frite bem a cebola e o alho em 2 colheres de manteiga, até ficarem dourados

Retire o funghi hidratado da água, pique em quadradinhos ou tiras e guarde a água

Acrescente o funghi picado na cebola e no alho já fritos

Coloque 1 pitada de sal e mexa por 1 minuto

Adicione o vinho branco e deixe evaporar quase por completo o líquido

Acrescente a água que hidratou o funghi e mexa

Coloque a nara e ajuste o sal

Deixe ferver até ficar um pouco mais grosso

Desligue o fogo e reserve

Em outra panela ou frigideira derreta 2 colheres de manteiga e doure os filés de tilápia dos dois lados

Coloque um por vez para não soltar muita água e cozinhar

Não deixe muito tempo para o peixe não desmontar e esfarelar

Se houver necessidade, corrija a quantidade de manteiga da panela entre um peixe e outro para não queimar e grudar o filé

Forre uma travessa de vidro com um pouco do molho funghi

Apenas o suficiente para molhar o fundo e o peixe não grudar

Coloque os peixes já fritos sobre a travessa

Polvilhe com o queijo parmesão ralado e acrescente o molho funghi

Leve ao forno a 200

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/7712-file-de-tilapia-ao-molho-funghi.html