FILÉ DE TILÁPIA AO FORNO DA SOLANGE

INGREDIENTES

500 g de filé de tilápia

3 colheres de manteiga

1 limão

2 tomates

2 cebolas médias fatiadas

pimenta-do-reino a gosto

páprica doce a gosto

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Tempere os filés com a manteiga derretida, o limão espremido, o sal, a páprica doce e a pimenta a gosto

Deixe marinar por 15 minutos

Coloque uma camada fina de cebola e outra de tomate fatiado

Coloque os filés por cima e cubra com o restante da cebola e do tomate

Cubra com papel

Retire o alumínio e deixe por mais 5 minutos

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitafacilrapida.com.br/receita/6307-file-de-tilapia-ao-forno-da-solange.html