

# PEIXE DELÍCIA E PRÁTICO

## INGREDIENTES

1,5 kg de peixe polaca  
1 limão  
6 colheres de farinha de trigo  
sal a gosto  
pimenta-do-reino a gosto  
Creme branco  
500 ml de leite  
2 colheres de amido de milho ou farinha de trigo  
noz-moscada a gosto  
1 colher (sobremesa) de sal  
1 colher (sopa) de margarina ou manteiga  
4 bananas nanicas maduras  
150 g de queijo mussarela para gratinar

## MODO DE PREPARO

Tempere os filés e deixe marinando por pelo menos 1 hora antes de fritar

Frite em óleo e reserve

Molho branco

Em um refratário, coloque os peixes e pique as bananas em cima

Acrescente o molho branco e por último o queijo

leve ao forno preaquecido a 180° C e deixe até gratinar

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/4206-peixe-delicia-e-pratico.html>