

MOQUECA DE TILÁPIA

INGREDIENTES

800 g de tilápia sem espinhos
4 cebolas
4 tomates
2 pimentões verdes
1 vidro leite de coco
2 colheres (sopa) extrato de tomate
sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

Tempere os peixes de acordo com sua preferência
Após em camadas, acrescenta a tilápia, os pimentões e por fim o tomate
Adicione o extrato de tomate e o leite de coco, não precisar mexer
Após a fervura, deixe em fogo baixo por 20 minutos
Acompanhamento

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/710-moqueca-de-tilapia.html>