

BOLINHO DE TILÁPIA

INGREDIENTES

2 bandas de filé de tilápia 2 tomates 1 cebola grande 1/2 pimentão verde 1 ovo 300 g de farinha de rosca sal, pimenta, colorau e tempero completo a gosto

MODO DE PREPARO

Bata o filé no processador ou liquidificador ate ficar parecido com carne moída, reserve

Corte os tomates, a cebola e o pimentão bem picadinho

Junte ao filé processado e adicione os temperos

Misture tudo e deixe descansar por 5 minutos

Sirva ainda quente

Pode ser acompanhado de um molho de sua preferência

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/9453-bolinho-de-tilapia.html>