



Filé de peixe com crosta de creme de cebola



Rendimento

10 porções



Tempo de preparo

00:45

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	4 colheres (sopa)	60 ml
Vagem (sem as pontas)	50 unidades	450 g
Creme de Cebola AJINOMOTO®	4 colheres (sopa)	40 g
Farinha para empanar (panko)	1 e meia xícara (chá)	100 g
Manteiga sem sal	2 colheres (sopa)	30 g
Salsa (picada)	1 colher (sopa)	5 g
Filé de merluza	10 filés	1 kg

Modo de Preparo

1. Unte uma GN com 1 colher (sopa) de Azeite TERRANO™ e reserve.
2. Em um bowl médio, coloque a vagem e 1 colher (sopa) do Creme de Cebola Ajinomoto®, e misture. Distribua na GN untada, regue com o restante do Azeite TERRANO™ e reserve.
3. Em outro bowl médio, coloque a farinha panko, a manteiga, o restante do Creme de Cebola Ajinomoto® e a salsa, e misture. Empane os filés, formando uma crosta na parte sem a pele.

4. Disponha os filés de peixe por cima das vagens temperadas.
5. Leve ao forno médio (180 graus), preaquecido, por 20 minutos, ou até dourar.
6. Retire do forno e sirva em seguida.