



Peixe ao shoyu e gergelim



Rendimento

10 porções



Tempo de preparo

02:20

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Filé de peixe (em postas altas)	10 filés	1 kg
Molho Shoyu SATIS!® Profissional	3 colheres (sopa)	60 ml
Pimenta-do-reino (moída)	1 colher (chá)	3 g
Gengibre (ralado)	2 colheres (chá)	10 g
Suco de limão	1 unidade	45 ml
Gergelim branco	meia xícara (chá)	60 g
Gergelim preto	meia xícara (chá)	60 g
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	3 colheres (sopa)	45 ml

Modo de Preparo

1. Em uma GN ½, disponha os filés de peixe, tempere com o Molho Shoyu SATIS!® Profissional, a pimenta-do-reino, o gengibre e o suco de limão, cubra com um filme plástico e deixe tomar gosto por 2 horas, na geladeira.
2. Passe a parte superior do peixe pelo gergelim preto e branco, previamente misturados, e reserve.

3. Em uma “sauteuse” média, coloque o Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO® e leve ao fogo médio para aquecer. Junte os filés de peixe e sele por 5 minutos, ou até que todos os lados fiquem dourados, virando na metade do tempo.
4. Em uma GN ½, distribua os filés e leve ao forno médio (180 graus), preaquecido, por 10 minutos, para finalizar o cozimento.
5. Retire do forno e sirva em seguida.