

# FAROFA DE PEIXE COM LEGUMES

## INGREDIENTES

670 g de cenoura com casca  
670 g de tomate  
610 g de salsa com talos  
670 g de talos de brócolis  
670 g de talos de couve-flor  
340 g de cebolinha  
1 kg de farofa pronta de mandioca tradicional  
150 g de sal  
300 g de óleo de soja  
300 ml de vinagre  
10 g de orégano  
2 kg de filé de tilápia  
10 g de alho

## MODO DE PREPARO

Marine o peixe com alho, o orégano, o sal e o vinagre

Em separado, refogue os talos de brócolis, de couve

Rale as cenouras, pique os tomates e a cebolinha

Misture tudo com o peixe desfiado

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/2692-farofa-de-peixe-com-legumes.html>