

# PEIXE DELÍCIA E PRÁTICO

## INGREDIENTES

1,5 kg de peixe polaca  
1 limão  
6 colheres de farinha de trigo  
sal a gosto  
pimenta-do-reino a gosto  
Creme branco  
500 ml de leite  
2 colheres de amido de milho ou farinha de trigo  
noz-moscada a gosto  
1 colher (sobremesa) de sal  
1 colher (sopa) de margarina ou manteiga  
4 bananas nanicas maduras  
150 g de queijo mussarela para gratinar

## MODO DE PREPARO

Tempere os filés e deixe marinando por pelo menos 1 hora antes de fritar  
Frite em óleo e reserve  
Molho branco  
Em um refratário, coloque os peixes e pique as bananas em cima  
Acrecente o molho branco e por último o queijo  
leve ao forno preaquecido a 180° C e deixe até gratinar

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/3820-peixe-delicia-e-pratico.html>