Peixe Cremoso Assado

www.receitasdafia.com/receitas/peixe-cremoso-assado

Uma deliciosa receita de peixe assado cremoso pronta em apenas 35 minutos!

35 min 5 porções

Ingredientes

PEIXE

- 800 gramas de filé de tilápia limpo
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 fio de azeite
- 1/2 limão espremido
- 3 dentes de alho amassados

EMPANAR

- 2 ovos
- 2 xícaras de chá de farinha de rosca
- 150 gramas de mussarela ralada
- 50 gramas de queijo parmesão ralado
- Cheiro-verde picado a gosto
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

MOLHO BRANCO

- 1 colher de sopa de manteiga
- 1 colher de sopa de farinha de trigo
- 300ml de leite integral
- 1 copo de requeijão cremoso
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 pitada de noz-moscada

Modo de Preparo

PEIXE

1. Tempere os filés de tilápia com sal, pimenta-do-reino, azeite, suco de limão e alho, misturando bem para que todo o peixe fique temperado.
2. Deixe o peixe marinando na geladeira por, pelo menos, 1 hora.
3. Pré-aqueça o forno a 200°C.

MOLHO BRANCO

1. Em uma panela, derreta a manteiga em fogo baixo.
2. Adicione a farinha de trigo e mexa bem até formar uma pasta homogênea.
3. Aos poucos, adicione o leite já aquecido, mexendo sempre para não empelotar.
4. Tempere o molho com sal, pimenta-do-reino e uma pitada de noz-moscada.
5. Quando o molho estiver cremoso e bem incorporado, desligue o fogo.

FINALIZAÇÃO

1. Em um prato fundo, bata os ovos e tempere com sal e pimenta-do-reino.
2. Passe cada filé de peixe no ovo batido e, em seguida, na farinha de rosca.
3. Em uma assadeira untada com azeite, coloque os filés de peixe em uma camada.
4. Por cima dos filés, espalhe o molho cremoso, o requeijão cremoso, a muçarela ralada, o parmesão ralado e o cheiro-verde picado.
5. Leve ao forno preaquecido por aproximadamente 20 minutos, até que o peixe esteja cozido e o queijo derretido e dourado.
6. Retire do forno e sirva o peixe cremoso assado ainda quente.

Veja também:

Confira nossa deliciosa receita de Peixe Crocante na Airfryer.

Para acompanhar seu peixe crocante, experimente essa maravilhosa Maionese Caseira.