



ESCONDIDINHO DE PEIXE DO BARÃO

INGREDIENTES

Cebola - 1 unidade média
Mistura para Purê de Batatas - 1kg
Óleo de Soja - 3 colheres (sopa)
Peixe desfiado- 1kg
Requeijão – 1 pote
Sal - o mínimo
Tempero verde - a gosto
Tomate maduro - 3 unidades

MODO DE FAZER

Faça um refogado com a cebola, o tomate, o sal e o óleo. Adicione o peixe desfiado e deixe pegar bem o tempero em fogo brando.
Prepare a mistura para purê de batatas.
Em um refratário médio, coloque, em camadas finas, nesta ordem: o recheio, o purê, o requeijão, o purê novamente e requeijão. Leve ao forno para gratinar.
Para servir, coloque os ovos cozidos e picados com tempero verde.

RENDIMENTO

20 porções

***RECEITA ELABORADA PELAS MANIPULADORAS DE ALIMENTOS DA
E.M.E.F. BARÃO DO RIO BRANCO***

**Equipe Técnica de Nutricionistas
Núcleo de Alimentação Escolar/SMEd**