



## **FILÉ DE PEIXE AO ROQUE**

### **INGREDIENTES**

Alho - 2 dentes  
Batata - 1kg  
Cebola - 2 unidades grande  
Ovo - 4 unidades  
Peixe em filés - 1kg  
Pimentão - 1 unidade  
Sal - o mínimo  
Tempero verde - a gosto  
Vinagre - a gosto

### **MODO DE FAZER**

Tempere os filés com alho, sal e vinagre, reserve.  
Corte os tomates, as cebolas e o pimentão em pedaços pequenos e reserve.  
Unte uma forma com óleo e forre com batatas cruas cortadas em rodela, cubra as batatas com peixe, e, por cima, coloque a mistura de tomate, cebola e pimentão.  
Leve ao forno para gratinar.  
Depois de pronto, coloque os ovos em rodela e salpique o cheiro verde.

### **RENDIMENTO**

15 porções

***RECEITA ELABORA PELA MANIPULADORA DE ALIMENTOS DA  
E.M.E.F. Dr. ROQUE AITA JÚNIOR***

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