

PEIXE

Rendimento: 2 filés de 160 gr

Tempo de Preparo: 15 minutos



#FOODTHINKING

INGREDIENTE		UNIDADE DE MEDIDA	QUANTIDADE
Produtos Unilever	Tempero Mais Sabor Alecrim Knorr	kg	0,01
	Caldo Delícias do Mar Knorr	kg	0,01
Outros Ingredientes	Filé de Tilápia	kg	0,38
	Óleo	kg	0,03

MODO DE PREPARO

1.	Fazer uma mistura com o Caldo Delícias do Mar Knorr e o Tempero Mais Sabor Alecrim Knorr.
2.	Temperar os filés de tilápia com a mistura de Caldo Delícias do Mar Knorr e o Tempero mais Sabor Alecrim Knorr. Temperar imediatamente para o uso.
3.	Manter os filés de tilápia secos .
4.	Em uma frigideira ou chapa, adicionar o óleo e aquecer. Grelhar os filés de tilápia até o ponto desejado.
5.	Serviço: Porcionar o filé de peixe em compartimento separado para que mantenha seu formato. Servido juntamente com acompanhamentos posicione o peixe por cima para que mantenha seu formato.
6.	
7.	
8.	
9.	



Unilever
Food
Solutions

Apoiar. Inspirar. Transformar.