



20 min.



Fácil



Económico



Filetes de Tamboril com Manteiga e Ervas

INGREDIENTES

2 embalagens Filetes de Tamboril
4 c.sopa manteiga
1/2 cebola grande (ou 1 pequena)
2 c.sopa sumo de limão
1 ramo coentros
q.b. flor de sal

INSTRUÇÕES DE PREPARAÇÃO

- 1 Descongele os Filetes de Tamboril.
- 2 Numa frigideira coloque 2 c.sopa de manteiga e espere que derreta.
- 3 Adicione a cebola picada e deixe cozinhar.
- 4 Quando a cebola estiver translúcida, adicione a restante manteiga e o sumo de limão.
- 5 Assim que a manteiga estiver toda derretida coloque os filetes de Tamboril e cozinhe cerca de 4 minutos de cada lado.
- 5 Desligue o lume. Finalize com um pouco de flor de sal e coentros picados.