



**Chef** Cláudio Manoel  
**Receita** Filé de Pescada Amarela ao molho de Gengibre servido com arroz de Castanha  
**Rendimento** 1 porção

### **Filé de Pescada Amarela ao molho de Gengibre**

250 gramas de filé de pescada Amarela;  
03 colheres de sopa (25 gramas) de gengibre ralado;  
02 colheres de sopa (20 gramas) de mostarda;  
01 xícara de chá (120 gramas) farinha panko;  
100 mL de azeite extravirgem;  
02 colheres de sopa (30 gramas) de manteiga;  
01 cebola média picada;  
01 dente de alho picado;  
200 mL de água;  
Sal a gosto;  
Pimenta do reino a gosto.

### **Modo de Preparo**

1. Tempere o filé de pescada com sal e pimenta;
2. Passe o peixe na farinha panko e frite no azeite; reserve;
3. Refogue a cebola na manteiga com o alho picado, coloque a mostarda e o gengibre; coloque a água e deixe cozinhar em fogo baixo por 10 minutos; coloque o filé do peixe;

---

### **Arroz de Castanha**

01 xícara de chá (180 gramas) de arroz cozido;  
100 gramas de xerém de castanha;  
10 gramas de manteiga.

---

### **Modo de Preparo**

1. Refogue o xerém de castanha na manteiga e coloque o arroz cozido, mexendo bem.