



## Arenques fritos com molho de cebola

Arenques fritos servidos com um molho delicioso e cremoso

Para 1-2 pessoas Tempo de preparação: 20 minutos Tempo de cozedura: 10 minutos

- 8 arenques médios
- 2 ovos
- Pão ralado
- 4 colheres de sopa de farinha
- 3 cebolas picadas
- Leite
- Sal (a gosto)
- Açúcar (a gosto)
- Manteiga



### Para os arenques

- 1 Lave e retire as espinhas dos arenques.
- 2 Envolve os arenques numa mistura de 2 colheres de sopa de farinha, ovos batidos e pão ralado.
- 3 Numa frigideira ou caçarola média, frite-os com um pouco de óleo/manteiga.
- 4 Sirva com molho de cebola e batatas cozidas.

### Para o molho de cebola

- 1 Derreta 2 colheres de sopa de manteiga numa caçarola, em lume baixo.
- 2 Na caçarola, misture muito bem 2 colheres de sopa de farinha com leite, até obter um creme suave. Deixe cozinhar até ficar um creme espesso.
- 3 Junte as cebolas e deixe levantar fervura. Tempere com sal e açúcar.



Tigela



Caçarola grande



OU  
Frigideira antiaderente  
de 30 cm



Caçarola de 1 litro