

FRANGO COM ALHO FRANCÊS

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 5 PESSOAS

1 frango do campo cortado em pedaços
3 partes brancas de alho francês cortado em rodé-
las
70 ml de azeite
250 ml de vinho branco
400 ml de creme de soja
Sal q.b.
Pimenta q..b



Tempo de preparação: 40 minutos
Custo: 9.00 € | Custo por pessoa: 1.80 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar
Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f16/frango-alho-frances-17901/>

PREPARAÇÃO

1. Tempere o frango com sal e pimenta.
Misture bem.
2. Num tacho leve ao lume o azeite e quando estiver quente, junte o frango.
Deixe fritar um pouco por igual.
Junte o alho francês e o vinho branco.
Tape e deixe cozinhar durante 10 minutos.
3. Junte o creme de soja e mexa.
Tape e deixe cozinhar 20 minutos até que o frango fique tenrinho e o molho apurado.
Depois de tudo cozinhado, apague o lume.
Sirva este prato com arroz ou puré de batata.