

# PERNAS DE FRANGO À MARINHEIRO

www.saborintenso.com

## INGREDIENTES PARA 3 PESSOAS

800g de pernas de frango  
40g de margarina  
1 colher de chá de mostarda  
80 ml de brandy  
30 ml de Vinho do Porto  
250 ml de caldo de galinha (1 cubo de caldo de galinha + 250 ml de água quente)  
7g (1 colher de sobremesa rasa) de pimenta preta em grão  
200 ml de natas  
Sal q.b.



Tempo de preparação: 40 minutos  
Custo: 2.80 € | Custo por pessoa: 0.93 €

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

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f16/pernas-frango-pimenta-preta-19825/>

## PREPARAÇÃO

1. Num tacho, leve ao lume a margarina e deixe aquecer.  
Junte o frango.  
Tempere com um pouco de sal e deixe o frango ganhar cor de ambos os lados.
2. Regue com o brandy e puxe-lhe o fogo.  
Depois da chama extinta, junte o Vinho do Porto e o caldo de galinha.  
Mexe, tape e deixe cozinhar em lume brando durante 20 minutos.  
A meio, vire o frango.
3. Depois do frango cozinhado, retire-o.  
Ao molho que ficou, misture muito bem a mostarda e a pimenta.  
Deixe ferver.  
Junte as natas e mexa.  
Quando o molho começar a ferver, junte as pernas de frango e envolva com o molho.  
E está pronto a servir.  
Acompanhe este prato com noisettes de batata ou arroz.

<http://www.saborintenso.com/ebook> - eBook SaborIntenso  
Livro Digital de Culinária com 420 páginas

Saborintenso.com