

FRANGO FRITO COM LULAS E AMÊIJOAS

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 5 PESSOAS

1 frango cortado em pedaços pequenos
800g de lulas cortadas em pedaços
1 kg de amêijoas demolhadas em água fria, temperada com sal durante 2 horas
80 ml de azeite
6 dentes de alho esmagados
Sumo de 1 limão
Salsa picada q.b.
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 50 minutos
Custo: 18.00 € | Custo por pessoa: 3.60 €

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

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f16/frango-frito-lulas-ameijoas-21748/>

PREPARAÇÃO

1. Tempere o frango com sal e pimenta.
Envolva bem o tempero com a carne.
2. Num tacho largo, leve ao lume o azeite e os alhos.
Mexe e deixe aquecer.
Junte o frango e deixe fritar até que a carne fique cozinhada, aproximadamente 25 minutos.
Mexe de vez em quando para fritar por igual.
Depois do frango frito, retire-o para um prato.
3. À gordura que ficou, junte as lulas.
Mexe e deixe cozinhar aproximadamente 10 minutos até que fiquem fritas.
Depois das lulas cozinhadas, junte novamente o frango e mexa.
Deixe o frango aquecer.
4. Por fim, junte as amêijoas.
Regue com o sumo de limão e salpique tudo com a salsa picada.
Mexe e deixe cozinhar até que as amêijoas abram.
Depois das amêijoas abertas, retire do lume e sirva.
Acompanhe este prato com batata frita ou arroz de manteiga.