

COXAS DE FRANGO COM MOLHO DE SOJA E NOODLES DE ARROZ

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 3 PESSOAS

6 coxas de frango
2 colheres de sopa de óleo de girassol
2 colheres de chá de açúcar
1 cubo de caldo de galinha
3 colheres de sopa de molho de soja
4 fatias finas de gengibre fresco
Meia malagueta
150g de noodles de arroz (massa de arroz)
Meia cenoura descascada
100g de couve chinesa cortada em juliana
100g de cogumelos enoki
Sal q.b.



Tempo de preparação: 1 hora e 10 minutos
Custo: 7.20 € | Custo por pessoa: 2.40 €

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

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f16/coxas-frango-molho-soja-noodles-arroz-39314/>

PREPARAÇÃO

1. Num tacho, leve ao lume 1 colher de sopa de óleo e deixe aquecer ligeiramente. Junte o gengibre, a malagueta e as coxas de frango. Deixe as coxas alourar de ambos os lados.
2. Tempere com umas pedrinhas de sal, tendo em conta que o caldo de galinha já é salgado. Regue com o molho de soja. Junte o caldo de galinha, o açúcar e água suficiente para cobrir o frango. Tape e deixe cozinhar em lume médio-baixo durante 1 hora.
3. Quando o frango estiver quase pronto, coloque os noodles numa tigela. Cubra-os com água a ferver. Solte ligeiramente a massa com um garfo. Deixe cozer durante 2 minutos. Passado os 2 minutos, escorra a massa e passe por um pouco de água fria para que não coza mais.
4. Num wok ou numa frigideira, leve ao lume o restante óleo. Com um descascador, corte fatias finas de cenoura. Deixe aquecer bem e adicione os cogumelos. Tempere com sal. Quando tudo estiver quente, junte os noodles, salteie bem e por fim, junte a couve. Deixe saltear mais um pouco e retire. Tenha especial atenção para não deixar cozer a couve demasiado. Quando a carne estiver bem tenrinha e o molho espesso, está pronto a servir. Sirva o frango com o molho e os noodles salteados. A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!

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

Saborintenso.com