

JARDINEIRA DE FRANGO

INGREDIENTES PARA 5 PESSOAS

1 frango cortado em pedaços
500g de batata cortada em cubos
200g de cenoura cortada em cubos
200g de feijão verde cortado em pedaços
200g de ervilhas
1 cebola picada
2 dentes de alho picados
150 ml de azeite
60g de bacon cortado em cubinhos
100g de chouriço cortado em rodelas
390g de tomate pelado cortado em cubinhos
2 folhas de louro
1 raminho de salsa atado com um fio
1 cubo de caldo de galinha
250 ml de vinho branco
Meio litro de água
Sal q.b.
Pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

Num tacho largo, leve ao lume o azeite, a cebola, os alhos picados, as folhas de louro, o bacon e o chouriço. Mexa e deixe refogar.

A meio do refogado, junte o tomate pelado, mexa e deixe refogar tudo.

Depois de tudo refogado, junte o frango e tempere com sal e pimenta.

Mexa e deixe o frango ganhar cor.

Junte o cubo de caldo galinha, o vinho branco e o raminho de salsa. Deixe cozinhar durante 10 minutos.

Passado os 10 minutos junte a cenoura, o feijão verde e as ervilhas. Mexa e junte a água.

Tape o tacho e deixe cozinhar durante 10 minutos.

Passado os 10 minutos junte a batata e deixe cozinhar aproximadamente mais 10 minutos até ficar tudo bem cozido.

Depois de tudo cozido está pronto a servir.

Custo: 7.00 € ; Custo por pessoa: 1.40 €

<http://www.saborintenso.com/f16/jardineira-frango-950/>