

Fricassé de Frango

INGREDIENTES PARA 5 PESSOAS

1 frango cortado em pedaços
3 colheres de sopa de azeite
1 cebola picada
2 dentes de alho picados
1 folha de louro cortada ao meio
150 ml de vinho branco
½ litro de caldo de galinha
Salsa picada q.b.
Sumo de 1 limão
1 colher de sopa bem cheia
de farinha de trigo sem fermento
2 gemas de ovo
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 1 hora
Custo: 4.00 € | Custo por pessoa: 0.80 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Video: Sandro Vilar

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f16/fricasse-frango-42720/>

PREPARAÇÃO

1. Tempere o frango com sal e pimenta. Envolve tudo muito bem.
 2. Num tacho largo leve ao lume o azeite, a cebola, o alho e o louro. Mexa e deixe aquecer muito bem. Logo que a cebola comece a ficar vidrada, junte os pedaços de frango. Tape e deixe cozinhar em lume médio até que a carne ganhe cor, sem deixar alourar. Vire a carne e deixe ganhar cor por igual.
 3. Quando a carne ganhar cor, regue tudo com o vinho branco e o caldo de galinha. Tape e deixe cozinhar em lume médio durante 40 minutos.
 4. Com uma colher, misture a farinha com as gemas. Aos poucos, adicione o sumo de limão.
 5. Passado os 40 minutos e quando o frango estiver cozido, baixe o lume e misture a salsa. Por fim, junte a farinha dissolvida nas gemas e mexa rapidamente. Logo que engrosse e antes que comece a ferver, apague o lume. Está pronto a servir.
- A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!