FRANGO DOIS RIOS

INGREDIENTES

1/2 pimentão verde picado

1/2 cebola picada

1 1/2 tomate picado

1 colher (chá) de alho amassado

2 peitos de frango cortados em tiras finas

2 cenouras cortadas em tiras finas

1/2 chuchu cortado em tiras finas

2 batatas cozidas cortadas em rodelas

2 punhados de couve-flor ou brócolis

240 ml de molho shoyo

200 ml de molho barbecue

sal e páprica a gosto

mel a gosto

MODO DE PREPARO

Primeiro corte a cebola, o tomate e o pimentão verde, quanto mais picados melhor

Coloque as batatas para cozinhar com uma pitada de sal por 20 minutos

Após higienizar o frango e retirar excesso de gordura (se houver), corte em tiras bem finas

Adicione a colher de alho amassado ao frango e junte aos itens preparados anteriormente

Corte a cenoura e o chuchu em tiras finas e misture com os ingredientes em uma vasilha grande

Em uma tigela separada, misture os molhos até ficarem homogêneos

Junte o molho aos itens anteriores na vasilha com cuidado; caso você queira ajustar o sabor, coloque um pouco de sal e páprica para ficar um pouco apimentado, ou se quiser algo agridoce, adicione mel

Preaqueça o forno em 180

Em uma assadeira untada com azeite, despeje todo o conteúdo da vasilha e ponha as batatas já cortadas por cima junto com a couve

Coloque a assadeira e deixe no forno por aproximadamente 1 hora a 205

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/11553-frango-dois-rios.html