FILÉ DE FRANGO GRELHADO SUCULENTO (MOLHADO)

INGREDIENTES

500 g de filé de frango

sal a gosto

pimenta-do-reino a gosto

1 limão (suco)

3 tomates grandes

MODO DE PREPARO

Limpe o frango, retirando o excesso de gordura.

Tempere com sal, pimenta e o suco de limão; reserve na geladeira por 1 hora e 30 minutos.

Unte a grelha ou frigideira com pouco de azeite para não grudar o frango.

Deixe esquentar cinco minutos em fogo baixo.

A cada fatia de filé de peito feito, acrescente uma rodela de tomate.

A cada 3 - 4 minutos, vire o frango para cozinhar os dois lados; retire o tomate com uma colher vire o frango e em seguida coloque novamente o mesmo tomate.

Em 5 minutos está pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14115-file-de-frango-grelhado-suculento-molhado.html