FILÉ DE FRANGO AO QUEIJO

INGREDIENTES

1k filé de frango

sal a gosto

suco de 2 limões

2 dentes de alho amassados

4 colheres (sopa) de shoyu

óleo para untar a frigideira

1 colher (café) de glutamato monossódico

1 colher (café) de paprica doce, se quiser

1 colher (café) de curry, se quiser

1 colher (sopa) margarina

1 colher (sopa) amido

1 cebola picadinha

1 e 1/2 copo de leite

1 copo de requeijão cremoso

100 g de provolone ralado ou outro de sua preferência

200 g de mussarela ralada

sal a gosto

salpicar orégano a gosto

MODO DE PREPARO

Tempere os filés de frango com sal, shoyu, limão, páprica doce, curry, alho e glutamato, deixe descansar por pelo menos 30 minutos.

Unte uma frigideira com fio de óleo e coloque os filés.

Doure dos 2 lados e reserve.

Derreta a margarina e doura a cebola e a farinha de trigo.

Acrescente leite aos poucos, mexendo até levantar fervura.

Desligue e coloque o requeijão, o provolone e metade da mussarela, misture e acertar o sal.

Em uma travessa, coloque os filés e por cima o creme de queijos.

Salpique mussarela ralada e orégano.

Leve ao forno médio por 30 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16506-file-de-frango-ao-queijo.html