

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.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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