

FRANGO AO CREME DE LEGUMES FRESCOS

INGREDIENTES

2 peitos de frango cortados em cubo
1 xícara de brócolis
1 cenoura cortada em cubos
1 batata cortada em cubos
1/2 cebola picada
1 xícara de couve-flor
200 gr de cheiro-verde picado
2 caixinhas de creme de leite ou creme de leite fresco
2 pitadas de sal
Azeite
Batata palha (opcional)

MODO DE PREPARO

Cozinhe os legumes (brócolis, batata e couve-flor e cenoura, ou outros de sua preferência).

No liquidificador, junte o creme de leite, junto com os legumes escorridos e um pouco da água de cozimento desses legumes (cerca de dois dedos) e a cebola e cheiro-verde picados, e bata até o creme ficar uniforme.

Em uma panela, acrescente azeite, o frango cortado e 2 pitadas de sal, deixe fritar até dourar.

Acrescente a mistura do liquidificador e cozinhe em fogo baixo por cerca de 5 minutos, sempre mexendo para não agarrar .

Sirva com arroz e batata palha (opcional).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16519-frango-ao-creme-de-legumes-frescos.html>