

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>