

ESCONDIDINHO FIT DE BATATA DOCE COM FRANGO

INGREDIENTES

500 g frango em cubos
500 g batata doce cozida
1 pote creme de ricota ou 1 caixa de creme de leite
pimenta-do-reino a gosto
1 cebola média
1 tomate grande
molho tomate
leite
1 colher (sopa) rasa de margarina
tempero em pó
azeite
sal a gosto

MODO DE PREPARO

Cozinhe a batata doce e faça um purê (amasse 1 dente alho, adicione a batata cozinha e amassada, 1 colher rasa de margarina e um pouco de leite; misture tudo).

Refogue o frango em cubos com 500 g com cebola, tomate, sal a gosto, pimenta-do-reino e tempero.

Adicione um pouco de molho de tomate e deixe cozinhar um pouco.

Então, acrescente o creme de ricota ou creme de leite e o tempero a gosto.

Em seguida, em um refratário, intercale uma camada fina de purê de batata doce com o molho de frango respeitando a ordem batata, frango, batata, frango e finalizando com a batata.

Pincele por cima da batata azeite e leve ao forno por 20 minutos em fogo preaquecido 200º C.

Se tiver a opção grill no seu forno melhor ainda, pois assim cria uma casquinha crocante por cima.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/19840-escondidinho-fit-de-batata-doce-com-frango.html>