

PURÊ DE ABÓBORA COM FRANGO FÁCIL E DELICIOSO

INGREDIENTES

1 kg de abóbora cabotia
1 kg de filé de frango cortado em cubos miudinhos
1/2 cebola pequena picada
1 dente de alho picado
1 rodela de pimentão verde picado
sal a gosto
1 copo de leite
azeite a gosto
1 colher de margarina
cheiro-verde picadinho

MODO DE PREPARO

Cozinhe a abóbora sem casca e com sal até ficar molinha, amasse com um garfo ate formar um purê e reserve.
Em outra panela, leve ao fogo e refogue o frango no azeite com a cebola e o pimentão e cozinhe por 10 minutos.
Em outra panela, refogue o alho na margarina e coloque a abóbora amassadinha, o leite e mexa por 2 minutos.
Misture com o frango e bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22024-pure-de-abobora-com-frango-facil-e-delicioso.html>