

CREME DE ERVILHA COM FRANGO DESFIADO

INGREDIENTES

1 peito de frango com osso
250 g de ervilha seca (de saquinho)
óleo para refogar
1 cebola média cortada em cubinhos
2 dentes de alho amassados
2 cubos de caldo de galinha
pimenta do reino a gosto
sal a gosto
cheiro-verde a gosto
água suficiente para cobrir o frango

MODO DE PREPARO

Retire a pele do peito de frango e lave-o em água corrente.

Em uma panela de pressão, refogue a cebola e o alho com um fio de óleo, até que murchem.

Acrescente os cubos de caldo de galinha para que derretam no mesmo óleo onde a cebola e o alho estão sendo fritos.

Coloque o peito de frango na panela e coloque água o suficiente para cobri-lo.

Coloque a pimenta-do-reino e corrija o sal.

Tampe a panela de pressão e deixe o frango cozinhar por aproximadamente 30 minutos (nesse tempo fica bem fácil para desfiar).

Enquanto isso, escolha e lave as ervilhas.

Assim que o frango estiver cozido, retire-o da água do cozimento e desfie, reserve.

Coloque a ervilha na água do cozimento do frango e complete com um pouco mais de água para que não grude no fundo da panela (mais ou menos até a metade da panela).

Tampe a panela, conte 10 minutos depois de pegar pressão e desligue o fogo.

Deixe a pressão sair sozinha.

Verifique se a ervilha está bem cozida e em seguida bata todo esse caldo no liquidificador (se preferir pode usar o mixer), até que vire um creme.

Volte na panela, acerte o tempero e acrescente cheiro-verde.

Deixe cozinhar por uns 5 minutos, mexendo sempre, até engrossar um pouco.

Coloque o frango desfiado junto e mexa mais um pouco.

Sirva quente, pode-se servir com croutons.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22994-creme-de-ervilha-com-frango-desfiado.html>