

FILEZINHOS (SASSAMI) À MILANESA AO FORNO

INGREDIENTES

4 filezinhos (sassami) de frango

1 ovo

1/2 xícara de farinha de milho pré-cozida

ervas finas ou ervas de provença à gosto

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Bata, em um prato fundo, o ovo com um garfo junto com uma pitada de sal e as ervas finas.

Coloque a farinha de milho em outro prato.

Tempere com sal a gosto cada um dos filezinhos.

Em seguida, passe os dois lados de cada filé primeiramente pelo ovo, depois na farinha de milho pré-cozida e novamente pelo ovo e pela farinha.

Coloque em forma untada com óleo para assar.

Vire-os quando passarem 20 minutos e asse por mais 10 minutos ou até ficarem dourados.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/23764-filezinhos-sassami-a-milanesa-ao-forno.html>