

# FRANGO COM BRÓCOLIS E AGRIÃO

## INGREDIENTES

1/2 kg de filé de frango  
300 gramas ou meio maço de brócolis  
50 gramas ou 1 terço do maço de agrião  
300 ml de água  
azeite  
orégano  
coentro  
curry (só uma pitada, pois por ser muito forte)  
alecrim  
colorau  
sal  
pimenta-do-reino

## MODO DE PREPARO

Lave o frango e corte-o em pedaços médios.  
Coloque todos os temperos no frango, menos o azeite.  
Coloque o azeite na panela e sele o frango com o azeite quente.  
Coloque o brócolis e o agrião e adicione as 300 ml de água.  
Deixe cozinhar por 10 minutos com a panela tampada.  
Após os 10 minutos, deixe a panela entreaberta até secar toda a água e pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25253-frango-com-brocolis-e-agriao.html>