

FRANGO À PARMIGIANA LIGHT DE FORNO

INGREDIENTES

500 g de filé de frango

1 pacote de molho de tomate

1 xícara de alho-poró picado

sal a gosto

2 dentes de alho picados

100 g de mussarela em fatias

MODO DE PREPARO

Em uma assadeira, despeje duas colheres de molho de tomate até preencher todo o fundo.

Disponha os bifes de filé de frango já temperados com alho e sal.

Coloque o alho-poró picado sobre os filés e cubra com mais molho.

Reita a distribuição de mais uma camada de filés de frango, alho poró e finalize com mais molho.

Cubra com papel alumínio e leve ao forno por cerca de 30 minutos.

Após retirar do forno, cubra com as fatias de mussarela e queijo ralado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26108-frango-a-parmegiana-light-de-forno.html>