

FRANGO AO FORNO COM LEGUMES

INGREDIENTES

1 frango em pedaços

2 batatas inglesas médias

1 cenoura média

1 tomate

1 cebola

temperos (salsinha, cebolinha, orégano, pimenta, alho e sal)

azeite de oliva

1 xícara de chá de vinho branco (se preferir)

MODO DE PREPARO

Coloque os pedaços de frango, em água fervente, apenas para ferventar e dar uma pré-cozida.

Corte as batatas e cenouras em rodelas e cozinhe ao vapor ou como preferir, para que fique "al dente", não deixe cozinhar muito.

Corte o tomate em cubinhos e a cebola em rodelas.

Em um refratário para forno, coloque o frango após escorrido juntamente com todos os demais ingredientes e temperos.

Misture bem, para o tempero espalhar por completo em todos os pedaços.

Pode misturar 1 xícara de vinho branco, dará um sabor especial e a carne ficará macia e suculenta.

Depois de misturar o frango com os legumes e temperos, regue com azeite por cima e salpique com o orégano.

Leve ao forno preaquecido a 200°C, por 40 minutos ou até que doure.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27063-frango-ao-forno-com-legumes.html>