

# ESCONDIDINHO DE FRANGO COM BATATA DOCE FIT

## INGREDIENTES

1 kg de peito de frango

1kg de batata doce

2 cebolas inteiras

alho

azeite

molho de tomate

1 xícara de creme de leite sem lactose

espinafre (opcional)

temperos a gosto

## MODO DE PREPARO

### MONTAGEM:

Montagem: Em uma assadeira de vidro monte o escondidinho na sequência 1 camada fina de purê, depois 1 camada grossa de frango e, pra finalizar, uma camada fina de purê.

Leve ao forno por 20 minutos e estará pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27183-escondidinho-de-frango-com-batata-doce-fit.html>