FRANGO DE PANELA FÁCIL

INGREDIENTES

2 colheres (sopa) de óleo

1 colher (chá) de açúcar

1 cebola pequena cortada grosseiramente

3 dentes de alho socados

1 kg e 500 g de coxa com sobrecoxa de frango com pele

pimenta-do-reino a gosto

sal a gosto

suco de 1 limão pequeno

orégano a gosto

MODO DE PREPARO

Aqueça o óleo com o açúcar, em uma panela grande.

O açúcar deve ser colocado com o óleo entre frio e morno para não correr o risco de queimar.

Use a maior panela possível, para o frango ficar em contato com o fundo.

Assim que o açúcar dourar, acrescente a cebola e refogue para caramelizar.

Acrescente o alho e refogue, sem deixar queimar.

Disponha primeiro as sobrecoxas com a parte da pele voltada para baixo, forrando todo o fundo da panela.

Depois, coloque o restante do frango.

Salpique por cima do frango, o sal, a pimenta-do-reino e o suco de limão, para temperar.

Com a ajuda de uma espátula, mexa para que os pedaços do fundo subam (já dourados) e assim os pedaços de cima desçam e fiquem em contato com o fundo para dourar.

Tampe e deixe por 20 minutos, para formar água na panela (em fogo médio para não queimar).

Destampe e dê mais uma virada com a ajuda de uma espátula para soltar do fundo, cuidadosamente para não desmanchar.

Tampe e deixe por mais 10 minutos, caso a água tenha secado acrescente um pouco (nível até 2 dedos), para cozinhar mais um pouco.

Não acrescente água demais, o segredo é não "afogar" o frango, o preparo deve ser gradual, sem pressa, com a própria água que ele solta.

Destampe e vire o frango com a espátula, deixe a água secar completamente até ouvir o estalar do frango fritando.

Vire vez ou outra, se necessário pingue água, até que o frango esteja macio.

Finalize salpicando orégano por cima.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27248-frango-de-panela-facil.html