

MEDALHÃO DE FRANGO AO MOLHO DE LARANJA

INGREDIENTES

6 medalhões de frango enrolados com bacon (pode ser o congelado)

azeite

3 laranjas grandes (suco)

1/2 limão (suco)

sal e pimenta a gosto

2 folhas de hortelã fresca

1 pitada de louro em pó

1 xícara de vinho branco seco

1 colher de chá de amido de milho

MODO DE PREPARO

Descongele os medalhões e coloque-os em uma forma, untada com azeite.

Leve para assar até dourar, cerca de 55 minutos em forno preaquecido a 180°C, virando-os na metade do tempo.

Faltando uns 30 minutos para tirar os medalhões do forno, junte, em uma frigideira grande, o suco das laranjas e do limão, o sal, a pimenta, a hortelã, o louro e o vinho branco.

Deixe ferver, até o álcool evaporar e reduzir um pouco.

Dissolva o amido de milho em 1/2 xícara de chá de água e junte aos demais ingredientes na frigideira, para engrossar o molho.

Quando os medalhões estiverem assados, coloque-os na frigideira com o molho e deixe ferver para reduzir um pouco mais (pode misturar um pouquinho do azeite que ficou na assadeira em que foram assados).

Sirva com arroz branco ou arroz a piamontese.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27417-medalhao-de-frango-ao-molho-de-laranja.html>