

FRANGO ASSADO COM PURÊ DE BATATA-DOCE

INGREDIENTES

FRANGO:

Frango:1 frango de 2 kg

1 xícara (chá) de sal

1/4 de xícara (chá) de açúcar

16 cebolas pequenas

1 cebola grande

3 cabeças de alho

manteiga

tomilho a gosto

alecrim a gosto

2 limões siciliano

1 xícara (chá) de azeite

16 batatas bolinha

água

PURÊ DE BATATA-DOCE:

Purê de batata-doce:4 batatas doce grande

2 peras

1/2 cebola em cubos

4 dentes de alho picado

1 colher de sopa de manteiga

1 colher de café de coentro em grãos moído

1 colher de café de noz-moscada moída

sal a gosto

água

MODO DE PREPARO

FRANGO:

Frango:Utilize um frango inteiro, de preferência, orgânico.

Lave-o bem por fora e por dentro.

Coloque as asas nas costas do frango para poder assar por inteiro.

Depois de lavado, faça uma mistura com uma xícara de sal e 1/4 de xícara de açúcar, massageie com azeite e passe a mistura por dentro e por fora do frango, para hidratar a carne antes de ir para o forno.

Deixe em uma travessa por 15 minutos na água e no açúcar, lave-o bem.

Pegue 2 cabeças de alho, separe os dentes e cozinhe em água fervente por 5 minutos.

Recheie com manteiga, alho, alecrim, tomilho e rodelas de limão siciliano entre a carne e a pele do frango, amarre-o com um barbante se achar necessário.

Tempere com sal e pimenta-do-reino a gosto.

Ponha o resto da manteiga na parte de cima do frango.

Cubra com papel alumínio apenas o peito e leve ao forno por 160°C durante 30 minutos, a grelha alta com as batatas bolinha, as cebolas pequenas, as 2 cabeças de alho cozidas e separadas em dentes.

Embaixo da forma, coloque um pouco de água.

Dica: grelha alta na forma para assar por igual, não utilize forma funda.

Tire o frango após 30 minutos, cubra as asas com papel alumínio, retirando-o do peito com o foco de dourar.

Leve por mais 30 minutos à 160°C.

Tire novamente, para retirar o papel alumínio e levar ao forno por mais 30 minutos à 160°C.

De vez em quando, retire-o do forno e regue-o com o próprio caldo e devolva.

Tire-o, vire-o de ponta cabeça, cubra com papel alumínio e deixe descansando por 40 minutos antes de servir.

Dica: para cada kg de carne são 45 minutos no fogo.

PURÊ DE BATATA-DOCE:

Purê de batata-doce:Coloque para cozinhar a batata-doce em cubos, na panela de pressão, por 40 minutos após pegar a pressão.

Corte a pera em cubos, próximo da hora de tirar a batata-doce do fogo ou deixe-a descansando em cubos com plástico filme para não perder o oxigênio.

Deixe suar o alho, a cebola em cubos na manteiga em fogo baixo, coloque a batata-doce espremida no espremedor, as peras em cubo e dê o ponto de sua preferência do purê com água fervente.

Coloque a noz-moscada, o coentro em grãos e o sal.

Sempre mexendo em fogo baixo, retirando do fogo se necessário.

Só servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28619-frango-assado-com-pure-de-batata-doce.html>