FAROFA EXÓTICA DE CABEÇA DE FRADE

INGREDIENTES

500 g do miolo da cabeça de frade limpa e sem espinhos (somente a parte branca)

500 g de cenoura ralada

500 g de abacaxi picadinho

500 g de frango picadinho

200 g de farinha para empanar

700 g de farinha de mandioca amarela ou branca

1 dente de alho

200 g de cebolas em tiras azeite de olívia

1 colher (chá) de sal a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque a cenoura e o alho picadinho em uma panela

Em seguida, despeje tudo em um escorredor para retirar o excesso de azeite

Frite os pedaço do peito do frango empanado no azeite

Coloque a farinha de mandioca e misture bem

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/2866-farofa-exotica-de-cabeca-de-frade.html