

SOBRECOXAS DE FRANGO AO FORNO

INGREDIENTES

6 sobrecoxas de frango limpas

suco de 1 limão

sal a gosto

3 dentes de alho amassados

1 cebola pequena ralada

3 colheres de orégano

4 colheres de azeite de oliva

MODO DE PREPARO

Depois das sobrecoxas limpas, tempera com o suco do limão, o sal, em seguida o alho amassado, a cebola ralada e por último orégano.

Mistura tudo, deixa descansar 10 minutos.

Enquanto isso, unta uma assadeira com metade do azeite de oliva, e vai arrumando as sobrecoxas na assadeira, rega como restante do azeite.

Cobre com o papel alumínio e coloca no forno, durante 30 minutos.

Depois tira o papel alumínio e deixa mais uns 20 minutos, para dourar.

Serve em seguida, com arroz branco, feijão e salada verde, ou como preferir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29171-sobrecoxas-de-frango-ao-forno.html>