

FRANGO XADREZ NO PÃO FRANCÊS

INGREDIENTES

8 pães tipo francês
150 g de requeijão cremoso
200 g de queijo prato fatiado
1 kg de peito de frango desossado
2 pimentões médios amarelos
2 pimentões médios vermelhos
1 ramo de brócolis
2 cebolas roxas médias
3 dentes de alho
1 fio de azeite de oliva
2 colheres de chá de óleo de gergelim
3 colheres te sopa de manteiga sem sal
100 ml de molho de soja (shoyu)
100 ml de água
1 pitada de salsinha
1 pitada de alecrim
1 fio de ketchup
1 fio de mostarda
8 colheres rasas de chá de maionese
1/2 colher de chá de vinagre
3 colheres de molho de tomate de lata
8 cravos
pimenta-do-reino a gosto
sal a gosto
ajinomoto a gosto

MODO DE PREPARO

Corte o peito de frango em cubos e/ou retângulos e reserve em um refratário.

Tempere os pedaços de frango com 1 dente de alho cortado em rodelas finas, 1 colher de chá de óleo de gergelim, 20 ml de molho shoyu, 1 pitada de salsinha, 1 pitada de alecrim picadinho, 1 fio de ketchup e 1 de mostarda, 1/2 colher de chá de vinagre, 8 cravos bem picadinhos, pimenta-do-reino, sal e ajinomoto a gosto (dando preferência

para o ajinomoto que tem toque "agridoce"), então reserve.

Pique os pimentões em retângulos não muito grandes, retirando as sementes e partes brancas, lave e reserve.

Corte o brócolis em pequenos ramos, lave e reserve.

Corte as cebolas roxas em quatro, pique uma fina e outra um pouco mais grosseiramente e reserve separadas.

Pique os 2 dentes de alho restantes e reserve.

Na chapa/disco (de preferência) despeje o fio de azeite de oliva, 1 colher de chá de óleo de gergelim e 2 colheres sopa de manteiga, deixe esquentar em fogo médio.

Adicione o frango temperado e deixe dourar levemente.

Coloque a cebola cortada mais fina e deixe refogar.

Adicione 2 dentes de alho picados e deixe dourar.

Despeje os pimentões, a cebola mais grosseira e o brócolis.

Adicione 1 colher de sopa de manteiga e espere refogar os legumes.

Aumente um pouco o tamanho do fogo.

Espalhe os ingredientes pela chapa e adicione o restante do molho shoyu, aproximadamente 3 voltas rápidas pela chapa, após isso mexa bem.

Coloque as 3 colheres de molho de tomate e os 100 ml de água, mexa novamente e espalhe pela chapa.

Aguarde dar uma secada no caldo, adicione o queijo ralado, mexa bem e espalhe novamente pela chapa.

Desligue o fogo.

Posicione as fatias de queijo prato sobre o frango xadrez e aguarde alguns instantes para derreter.

Corte toda a lateral dos pães.

Passe 1 colher rasa de chá de maionese em cada pão.

Recorte na chapa do tamanho do pão, com uma espátula, o frango xadrez.

Coloque o frango xadrez no pão e delicie-se.

A receita pode ser servida sem o pão e acompanhada com arroz branco.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/30172-frango-xadrez-no-pao-frances.html>