

# ARROZ DE FORNO DO SILÊNCIO

## INGREDIENTES

### FRANGO:

Frango: 8 sobrecoxas de frango

1 cenoura

1 cebola

folhas de louro

sal a gosto

### ARROZ:

Arroz: 2 xícaras de arroz lavado

2 dentes de alho

4 xícaras do caldo que cozinhou o frango

### PURÊ DE BATATA:

Purê de batata: 1 pacote de batata desidratada (vende nos supermercados), siga instruções no modo de preparo ou um purê feito com 6 batatas grandes cozidas e espremidas (purê básico)

### RECHEIO DE FRANGO:

Recheio de frango: 4 colheres sopa óleo

1 cebola picada

bacon picado a gosto

1/3 pimentão amarelo picadinho

1/3 pimentão vermelho picadinho

1/2 xícara de azeitonas picadas

3 dentes de alho picado

o frango cozido e desfiado

1 lata pequena de extrato de tomate

1/2 lata de milho

1/2 lata de ervilha

1 caixa creme de leite

2 colheres requeijão cremoso bem cheias

salsinha a gosto

temperos a gosto

## MODO DE PREPARO

### PARA COZINHAR O FRANGO:

Para cozinhar o frango: Na panela de pressão coloque as sobrecoxas, a cenoura picada, o louro, a cebola picada em pedaços grandes e sal a gosto. Cozinhe por 30 minutos. Retire os pedaços de frango e deixe esfriar.

Passo o caldo em uma peneira e reserve.

### ARROZ:

Arroz: Faça o arroz como de costume usando o caldo do cozimento do frango.

### RECHEIO DE FRANGO:

Recheio de frango: Aqueça o óleo, coloque o bacon, a cebola, o alho, o pimentão, a azeitona e deixe refogando por cerca de 10 minutos, sempre mexendo.

Coloque o frango desfiado, o milho, a ervilha, o creme de leite e o requeijão, mexa por mais 3 minutos.

Por último prove o sal e acrescente a salsinha picada.

### MONTAGEM:

Montagem: Em um refratário coloque o arroz, por cima o recheio do frango e, por último, o purê de batata.

Acrescente queijo parmesão e leve ao forno até dourar um pouco em cima.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/31062-arroz-de-forno-do-silencio.html>