

PANQUECA CAIPIRA

INGREDIENTES

PANQUECA:

Panqueca: 3 xícaras (chá) de farinha de trigo

3 xícaras (chá) de leite

3 ovos

3 colheres (chá) de fermento em pó

2 colheres (chá) de margarina

sal a gosto

RECHEIO:

Recheio: 1 peito (médio) de frango

1 colher (sobremesa) de margarina

1/2 cebola

1 dente de alho

1 tomate

Colorau, cominho, açafrão, sal e pimenta-de-cheiro a gosto

3 xícaras (chá) de água (aproximadamente)

Azeitona e temperos frescos a gosto

CREME DE MILHO:

Creme de milho: 1 lata de milho verde escorrido

3 xícaras (chá) de leite

1 colher (sopa) de manteiga

1/2 cebola

1 colher (sopa) de farinha de trigo sem fermento

caldo coado do cozimento do frango

1/2 sachê de caldo de frango em pó

1/2 xícara de chá de frango assado ou frito desfiado

Azeitonas e coentro bem picados a gosto

COBERTURA:

Cobertura: Fatias de Mussarela

Orégano a gosto

MODO DE PREPARO

PANQUECA:

Panqueca: Bater todos os ingredientes no liquidificador por 5 minutos.

Iniciar em pulsar e aumentar a velocidade gradativamente até atingir a velocidade máxima. Deixe descansar por 5 minutos aproximadamente.

Unte uma frigideira ou panquequeira média antiaderente com pouquíssima margarina e aqueça.

Espalhe uma concha média de massa, prefiro um disco bem fino.

Asse de um lado até que o disco de panqueca solto nas laterais.

Vire com a ajuda de uma espátula, deixando assar do outro lado por alguns segundos, reserve.

Só precisa untar a frigideira na primeira vez, quanto menor for o tempo da massa na frigideira, melhor será a qualidade, umidade e cor da massa.

RECHEIO:

Recheio: Coloque todos os ingredientes numa panela de pressão e misture bem. Tampe a panela e deixe descansar por 10 minutos.

Com a panela destampada, leve ao fogo e deixe refogar por alguns minutos.

Acrescente a água, tampe a panela e cozinhe na pressão por 10 minutos aproximadamente, ou até que o frango esteja bem macio e com pouco caldo, 1 xícara aproximadamente. Transfira o frango para outro recipiente e desfie. O frango desfiado pode ser refogado ou não, por vezes acrescenta-se as azeitonas e os temperos verdes, ervas etc, à frio.

CREME:

Creme: Bater no liquidificador o leite com metade do milho, reserve.

Derreta a margarina em fogo baixo. Doure levemente a cebola. Acrescente a farinha, mexendo bem bem até dourar levemente. Acrescente a mistura batida que você havia reservado, as azeitonas, o caldo em pó e o caldo do cozimento. Cozinhe essa mistura em fogo baixo, mexendo sem parar até engrossar. Salpique o coentro e reserve.

MONTAGEM:

Montagem: Coloque o recheio nas panquecas.

Pegue um refratário que caiba as panquecas sem sobrepô-las.

Coloque um pouco do creme no refratário, se ficou um pouco grosso, acrescente um pouco de creme de leite.

Distribua as panquecas.

Espalhe o creme por cima.

Distribua por cima fatias de queijo e o orégano.

Leve ao forno preaquecido a 180°C até que o queijo derreta.

Quando for colocar o orégano, pressioná-lo com as palmas das mãos faz com que o sabor e o seu perfume fiquem mais intensos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/31343-panqueca-caipira.html>