

FILÉ DE FRANGO EMPANADO NO IOGURTE

INGREDIENTES

- 5 filés de frango
- 1 pote de iogurte natural
- 5 colheres de sopa de mostarda
- 1 pacote de bolacha água e sal

MODO DE PREPARO

Tempere os filés de frango em uma vasilha, coloque os temperos de sua preferência.

Em outra tigela coloque o iogurte natural e misture com a mostarda.

Passe os filés de frango neste creme.

Triture os biscoitos de água e sal no liquidificador.

Depois de triturados passe os filés de frango na farinha.

Leve ao forno por cerca de 30 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35400-file-de-frango-empinado-no-iogurte.html>