FRANGUINHO BRASILEIRO

INGREDIENTES

500 g de peito de frango

3 espigas de milho verde

1 abobrinha verde de tamanho médio

200 g de vagem

2 colheres de óleo ou azeite

1/2 copo de água americano

tempero a gosto

MODO DE PREPARO

Pique o frango em forma de tiras pequenas.

Pique a abobrinha batendo com a faca na vertical (como se fosse fazer abobrinha batida).

Pique o milho e vagem.

Coloque o alho, o sal e a pimenta numa frigideira e refogue o frango por um período de 10 minutos.

Após refogar o frango junte o milho, a abobrinha verde, e a vagem, sempre mexendo a mistura em fogo médio.

Acrescente 1/2 copo americano de água se for preciso para cozinhar.

Coloque 2 sachês de sazón para aves (o da embalagem verde).

Misture bem e deixe cozinhar por aproximadamente 20 minutos ou até secar a água.

Use sua criatividade para acrescentar mais ingredientes se preferir.

Sirva-se com essa delícia saudável!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35455-franguinho-brasileiro.html