

# FILÉ DE FRANGO À PARMEGIANA NA PANELA DE PRESSÃO

## INGREDIENTES

1 kg de filé de frango  
3 dentes de alho amassados  
1 ou 2 sachês de molho de tomate pronto  
1 cebola grande cortada em rodelas  
250 g de queijo mussarela ou prato  
Sal e pimenta-do-reino a gosto

## MODO DE PREPARO

Tempere os filés com o alho amassado, sal e pimenta.

Deixe descansar de preferência na geladeira por 30 minutos.

Em seguida, acomode os filés na panela de pressão. Para acomodar 1 kg de filé é preferível que a panela seja de no mínimo 4,5 litros.

Cubra os filés com o molho pronto e a cebola.

Não adicione água.

Caso o molho não seja suficiente, adicione outro sachê.

Tampe a panela e deixe em fogo médio até pegar pressão.

Quando a panela começar a chiar, abaixe o fogo e conte 10 minutos.

Abra a panela, coloque o queijo e abafe com a tampa até o queijo derreter.

Se quiser, pode salpicar orégano.

Sirva com arroz branco e salada de folhas.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35591-file-de-frango-a-parmegiana-na-panela-de-pressao.html>