BRÓCOLIS COM FILÉ DE FRANGO À PARMEGIANA

INGREDIENTES

1 brócolis inteiro

1 cebola pequena

3 dentes de alho

coentro a gosto

4 filés de frango pequeno

1 sachê de molho de tomate

pedaços de queijo mussarelasa gosto

queijo ralado a gosto

1 sachê de tempero ao seu gosto

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Cozinhe o brócolis somente com água não precisa por sal, cozinhe os filés de frango com os temperos, em seguida ponha o molho de tomate e deixe engrossar

Em uma tigela coloque o brócolis cortados e o queijo mussarela em pedaços, em seguida despeje o filé de frango com molho e polvilhe com queijo ralado, por fim leve ao forno por 10 minutos ou o que for do seu agrado

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/395-brocolis-com-file-de-frango-a-parmegiana.html