FRANGO CURTIDO NO IOGURTE

INGREDIENTES

120 g de farinha de trigo (3/4 xícara de chá)

2 copos de iogurte natural (340 g)

3 ovos levemente batidos

Sal a gosto

1 kg de peito de frango cortado em filés (ou tiras)

1 pimenta dedo-de-moça picadinha

1 colher (sobremesa) de alho picado

Alecrim, tomilho, sálvia e manjericão picadinho e sal a gosto

3 xícaras (chá) de farinha de milho flocada (255 g)

1 ½ xícaras (chá) de queijo parmesão ralado (150 g)

2 sachês de caldo de frango

MODO DE PREPARO

Em uma tigela coloque farinha de trigo, iogurte natural, ovos levemente batidos, sal a gosto e misture bem.

Numa outra tigela coloque o peito de frango cortado em filés (ou tiras) e tempere com pimenta dedo-de-moça picadinha, alho picado, alecrim, tomilho, sálvia e manjericão picadinho e sal a gosto e misture.

Adicione a mistura de iogurte (feita acima) misture e deixe marinando por no mínimo 2 horas.

Coloque numa assadeira farinha de milho flocada, queijo parmesão ralado (para empanar) e caldo de frango; misture. Passe os filés de frango nessa mistura de farinha e frite em óleo quente até dourar. Retire e escorra em papel absorvente. Sirva em seguida.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/48985-frango-curtido-no-iogurte.html