

# PANQUECA DA MEL

## INGREDIENTES

### MASSA:

Massa: 1 copo de leite

1 ovo

1 copo de farinha de trigo

1 colher de óleo

Sal a gosto

1 colher de manteiga para untar

### RECHEIO:

Recheio: 1 peito de frango sem ossos

vinagre

arisco a gosto

4 colheres cheias de extrato de tomate

1 cebola média picada

1 vidro de milho verde

1 dente de alho amassado

fatias de mussarela

1 sazón vermelho

1 colher pequena de óleo

1 pitada de farinha de trigo

coentro e cebolinha verde a gosto

## MODO DE PREPARO

### RECHEIO:

Recheio: Em um refratário coloque o peito de frango cortado em fatias não muito grossas, regue com o vinagre de sua preferência.

Deixe descansar por cerca de 1 a 2 minutos.

Depois coloque uns 2 copos de água no refratário para tirar o excesso de vinagre.

Em seguida jogue essa água fora, junte ao frango o sazón, arisco, cebola picada, extrato de tomate, misture bem.

Em uma panela coloque um pouco de óleo e doure o alho.

Adicione o frango, mexa por 1 minuto até o frango se misturar bem com o alho.

Depois coloque um pouco de água, o suficiente para quase cobrir o frango.

Deixe reduzir o caldo quando o frango estiver cozido, espere esfriar um pouco, depois retire o frango mas não jogue o caldo fora.

Desfie o frango e coloque ele em outra panela.

À parte pegue um pouco do caldo e misture bem com a pitada de farinha de trigo, junte essa mistura ao caldo restante e deixe ferver.

Aos poucos vá adicionando um pouco de caldo já fervido ao frango desfiado até que ele fique bem úmido, misture milho verde a gosto, por último acrescente coentro e cebolinha bem picados.

Deixe esfriar um pouco e depois é só rechear as panquecas e servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/51729-panqueca-da-mel.html>