

NUGGETS DE FRANGO COM MOLHO TÁRTARO ESPECIAL

INGREDIENTES

600 g de peito de frango resfriado cortado em cubos ou moído

1 colher (sobremesa) de alho picado

1 colher (chá) de sal marinho

1/2 xícara (chá) de aveia em flocos finos

1 copo de leite

3 xícaras (chá) de farinha de rosca para empanar

6 colheres (sopa) de maionese de tofu

2 colheres (sopa) de cenoura e pepino picados bem miudinho

MODO DE PREPARO

Ligue o forno em temperatura média (180°C).

Coloque no processador de alimentos ou no liquidificador o peito de frango, o alho e o sal.

Bata até o frango ficar bem moído.

Acrescente a aveia e despeje o leite aos poucos, batendo até obter uma pasta grossa e homogênea.

Coloque a pasta de frango em uma tigela, cubra-a com filme plástico e leve ao freezer por 1 hora.

Retire do freezer e, com as mãos, molde os nuggets.

Passe-as na farinha de rosca.

Arrume os nuggets um ao lado do outro numa assadeira untada e pincele-os por cima com um pouco de óleo.

Coloque a assadeira no forno aquecido e deixe que os nuggets assem por 15 minutos.

Então, vire-os e deixe que assem do outro lado por mais de 15 minutos.

Coloque a maionese de tofu, a cenoura e o pepino em uma tigela.

Misture com um garfo até que fique um molho bem homogêneo. Sirva os nuggets com o molho tártaro.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/51917-nuggets-de-frango-com-molho-tartaro-especial.html>