FILÉ DE FRANGO A PARMEGIANA RECHEADO

INGREDIENTES

1 kg de filé de frango (cortes finos)

3 dentes de alho picados

sal a gosto

300 g de presunto

300 g de mussarela

farinha de trigo

farinha de rosca

2 ovos

molho de tomate refogado e temperado a gosto

óleo para fritar

folhas de manjericão e rúcula para decorar

MODO DE PREPARO

Tempere os filés com o sal e o alho, deixe por uma hora para pegar o tempero.

Pegue um filé e por cima dele coloque uma fatia de presunto, 2 de queijo e outra de presunto, em seguida cubra com outro filé, faça o mesmo procedimento em todos os filés.

Passe os filés já recheados na farinha de trigo, em seguida no ovo batido e depois na farinha de rosca. Frite em óleo quente.

Depois de fritos, coloque os filés numa travessa, cubra com molho de tomate refogado.

Se preferir polvilhe com queijo parmesão ralado e leve ao forno quente por dez minutos. Enfeite o prato com folhas de manjericão e rúcula.

Fica uma delícia, não se preocupe, os filés não abrirão na hora de fritar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/52782-file-de-frango-a-parmegiana-recheado.html