

FRANGO COM ERVAS DA PROVENCE

INGREDIENTES

2 coxas/sobrecoxas de frango com pele e limpas

1/2 banda de limão

ajinomoto

sal a gosto

pimenta-do-reino a gosto

alho picado (opcional)

azeite de oliva

ervas da provence desidratadas (se não tiver a mistura pode fazer só com tomilho, orégano ou alecrim)

1/2 tablete de caldo de galinha

mel de abelha

água

MODO DE PREPARO

Numa tigela coloque as coxas/sobrecoxas com a pele virada para baixo. Esprema o limão, salpique as superfícies com sal, ajinomoto, azeite e passe o alho. Deixe na geladeira por 5 a 10 minutos, vire os pedaços e faça o mesmo.

Deixe por mais 20 minutos marinando. Em seguida, coloque um fio de azeite em um refratário e arrume os pedaços de frango com a pele para cima.

Coloque um pouco de azeite e mel sobre os pedaços e salpique com as ervas. Pode usar bastante, cobrindo bem toda a superfície. Leve ao forno, temperatura média, até dourar (30 minutos). Após 10 minutos no forno, adicionar água (100 ml) com o caldo de galinha no refratário. Com 20 minutos, regar os pedaços com o molho formado no refratário. Deixar no forno até dourar. É muito rápido e fácil de fazer, fica ótimo! Servir com arroz branco.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidadas.com.br/receita/54193-frango-com-ervas-da-provence.html>