

MIÚDOS DE FRANGO REFOGADO

INGREDIENTES

1 kg de moela de frango
500 g de coração de frango
Suco de 2 limões
1 pimentão vermelho picadinho
1 pimentão amarelo picadinho
1 tablete de caldo de galinha
1 tablete de caldo de carne
3 colheres de sopa de molho shoyu
2 tomates picado sem sementes
1 cebola grande picadinha
3 colheres de sopa de colorífico (colorau, urucum)
6 colheres de sopa de azeite
Coentro picadinho a gosto
Sal, alho e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

Retire a gordura da moela e do coração, depois lave bem com o suco do limão e água fervendo, deixe escorrer.

Em uma panela de pressão coloque 3 das colheres de azeite e alho amassado a gosto, frite bem e acrescente as moelas e o coração.

Em seguida acrescente o tablete do caldo de carne e de galinha, o colorau e cubra os miudos com água fervendo (Se achar necessário acrescente uma pitada de sal). Tampe a panela e deixe ferver 25 minutos após pegar pressão.

Após os 25 minutos retire do fogo e escorra, reserve apenas meio copo do caldo dos miudos.

Em uma outra panela acrescente as 3 colheres restantes de azeite, a cebola picadinha e o alho a gosto, frite bem e acrescente o tomate picadinho. Refogue bem até formar um molho e então acrescente as 3 colheres de shoyu. Coloque os miudos e o meio copo do caldo dos miudos e por ultimo acrescente os pimentões vermelho e amarelo, o coentro e a pimenta a gosto, misture bem até formar um refogado com caldo grosso e então é só saborear.

Sugestão: sirva com arroz branco, saladas e grãos diversos

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/54418-miudos-de-frango-refogado.html>