

TENDER DE FRANGO

INGREDIENTES

- 1 tender de frango
- 4 laranjas espremidas
- 1/2 abacaxi batido
- 1 pote pequeno de geleia amarela (pêssego, abacaxi, damasco)
- 2 colheres de sopa de margarina

MODO DE PREPARO

Furar o tender com uma faca fina.

Colocar em um saco plástico o suco de laranja e o de abacaxi e colocar o tender dentro, dar um nó.

Levar à geladeira para marinar por 2 horas.

Virar após 1 hora.

Colocar o suco em uma assadeira alta.

Misturar a geleia com a margarina, passar em todo o tender e colocar no meio da assadeira.

Levar para assar em forno medio por aproximadamente 45 minutos ou até ficar dourado, em todos os lados.

O suco das frutas deixar reduzir no forno até ficar uma calda cremosa, acompanha o tender para servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/55298-tender-de-frango.html>