

# FILÉ DE FRANGO COM MOLHO DE LARANJA

## INGREDIENTES

4 filés de frango  
2 dentes de alho grandes amassados  
1/2 colher (café) de pimenta do reino moída  
Sal a gosto  
2 colheres (sopa) de óleo  
Molho de Laranja  
1 xícara (chá) de suco de laranja (natural)  
1 colher (chá) de manteiga  
2 colheres (chá) de amido de milho (maisena)  
1 colher (chá) de açúcar  
Folhas de manjeriço para polvilhar (opcional)

## MODO DE PREPARO

Coloque os filés de frango em uma tigela e tempere com o alho amassado, o sal e a pimenta do reino, misture bem e deixe tomando gosto por no mínimo 30 minutos

Depois aqueça o óleo em uma frigideira e frite os filés

Não fure os filés para eles não ressecarem e nem fique esfregando ele na frigideira, coloque eles lá e só vire quando dourar

Dissolva o amido de milho com o açúcar e o suco de laranja

Ferva alguns minutos até ele ficar levemente cremoso

Arrume os filés em uma travessa, coloque o molho por cima e polvilhe com folhinhas de manjeriço

Corte os filés mais grossinhos

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/6398-file-de-frango-com-molho-de-laranja.html>