

Filé de frango ao creme de maracujá

Ingredientes:

Sal e pimenta do reino branca moída
1 kg de filé de peito de frango
1 xícara de suco de maracujá concentrado
Azeite de oliva
1 colher de chá de manteiga para o creme
2 colheres de sopa de maionese
1 colher de sobremesa de farinha de trigo
1 xícara de suco de maracujá concentrado
175 g de nata

Modo de Preparo:

Tempere os filés com o sal, a pimenta-do-reino e o suco de maracujá e deixe nessa mistura por 2 horas. Escorra. Aqueça bem uma panela, acrescente a manteiga, o açúcar e um fio de azeite de oliva e frite os filés até que fiquem dourados dos dois lados e bem cozidos. Para o creme, misture o suco de maracujá, a farinha de trigo, a nata e a maionese e misture bem. Coloque os filés no prato de servir aquecido. Leve o creme ao fogo, na mesma panela em que os filés foram fritos e mexa até engrossar. Coloque o creme sobre o filé e sirva acompanhado de arroz com brócolis e batatas coradas.

Categoria: Aves

Temperatura: Quente

Dificuldade: Fácil