

Filé de frango ao leite de coco

Ingredientes:

6 filés de peito de frango
Sal e pimenta do reino a gosto
1/2 xícara de chá de vinho branco seco
2 dentes de alho amassados
6 fatias de mussarela e presunto gordo para rechear
2 colheres de sopa de farinha de trigo para enfarinhar
Molho de leite de coco
1 cebola ralada
1 e 1/2 xícara de chá de leite de coco
1 colher de sopa de suco de limão
1 xícara de chá de caldo de frango
Folhas de coentro
2 dentes de alho amassados
1 colher de sopa de pirão de tomate
2 colheres de sopa de manteiga
1 colher de sopa de curry em pó

Modo de Preparo:

Bata os filés de frango entre duas folhas de filme plástico. Tempere-os com alho, vinho, sal e pimenta. Deixe tomar gosto por 25 minutos. Coloque sobre cada filé uma fatia de mussarela e uma de presunto, enrole formando um rocambole, prenda com palitos e passe pela farinha de trigo. Coloque-os um ao lado do outro numa assadeira antiaderente, regue com a manteiga, cubra com papel alumínio e leve ao forno pré-aquecido a 180°C por cerca de 1 hora. Retire o papel alumínio e deixe dourar por 5 minutos. Leve ao fogo uma panela com a manteiga, espere derreter, junte a cebola, o alho e frite até murchar. Acrescente o caldo de frango, o curry, o pirão de tomate, o leite de coco, o suco de limão, tempere com sal e pimenta-do-reino, misture bem e cozinhe por 10 minutos, em fogo baixo. Coloque os rolinhos de peito de frango numa travessa, cubra com o molho de leite de coco e enfeite com o coentro picado. Sirva imediatamente.

Categoria: Aves

Temperatura: Quente

Dificuldade: Média

Fonte: Agência Estado