

## **Marinada**

### **Ingredientes**

- 1 colher (sopa) de colorau
- 2 dentes de alho
- 2 colheres (sopa) de vinagre branco
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 colheres (chá) de tempero básico

### **Modo de preparo**

Coloque o frango na marinada e deixe por 1h. Corte em cubos pequenos a cebola, o alho, o tomate e o pimentão. Reserve. Retire o frango da marinada, escorra e refogue no azeite de oliva. Acrescente água e deixe cozinhar um pouco. Em uma frigideira, coloque pouco de azeite e refogue a cebola e o alho. Adicione o pimentão e o tomate. Refogue um pouco mais e junte ao frango. Acrescente o molho de soja, a pimenta, o caldo de galinha, o quiabo e água suficiente para concluir o cozimento. Polvilhe a salsa e sirva com arroz branco.