

FRANGO COM AMÊndoas de DAMASCO

INGREDIENTES

4 filés de peito de frango com 2 cm de altura
1 medida de 120 ml de amêndoas de damasco
20 tomates cereja
1 colher (sopa) mostarda amarela
1 limão siciliano
sal a gosto
1 colher (café) de coentro desidratada*
1 colher (café) de cebola desidratada*
1 colher (café) de alho desidratado*
1 colher (café) de aipo desidratado*
1 colher (café) de manjericão desidratado*
1 colher (café) de mostarda desidratada*
1 colher (café) de salsa desidratada*
pimenta-do-reino moída na hora a gosto
Azeite para fritar
120 ml de água filtrada

*ou use tempero pronto sem adição de sódio.

MODO DE PREPARO

Tempere os filés de frango com sal, limão espremido e os temperos secos
Deixe descansar por 30 minutos em temperatura ambiente
Esquente o azeite em uma frigideira antiaderente e leve 2 filés por vez
Frite 3 minutos de cada lado até ficar dourado
Coloque metade dos tomates cereja, estoure
Adicione metade da mostarda, abaixe o fogo e deixe a água secar
Retire os filés junto com os tomates e reserve
Despeje o restante da água na frigideira e coloque metade das amêndoas
Reduza até ficar um creme
Retire este molho e despeje por cima dos filés
Repita a operação para os outros 2 filés e sirva com arroz basmati

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/5034-frango-com-amendoas-de-damasco.html>