

# FILÉ DE FRANGO COM MANTEIGA

## INGREDIENTES

4 fatias de filé de frango

2 dentes de alho

1 colher (sopa) de manteiga (colher parcialmente cheia)

1/2 cebola média

pimenta-do-reino a gosto

sal a gosto

cheiro verde a gosto

azeite de oliva extra virgem (opcional)

## MODO DE PREPARO

Coloque a manteiga na frigideira e deixe derreter

Coloque metade da cebola picada e aumente o fogo

Deixe e mexa de vez em quando até que a cebola fique douradinha

Deixe a cebola no fogo e tempere o frango

Em uma vasilha, coloque o frango, o alho já macerado (muito bem macerado), a pimenta , o sal, o cheiro Verde e um fio de azeite de oliva extra virgem

Misture tudo

Coloque as fatias de file de Frango (já temperadas) por cima da cebola (com a tampa fechada)

Deixe e gire de dois em dois minutos

Depois de 10 minutos coloque o resto da cebola por cima dos frangos, tampe a frigideira e deixe por 2 minutos

Deixe mais 10 minutos, vire e pronto

Não deixe o frango muito tempo, ele pode soltar muita água e ficar ressecado

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/8297-file-de-frango-com-manteiga.html>