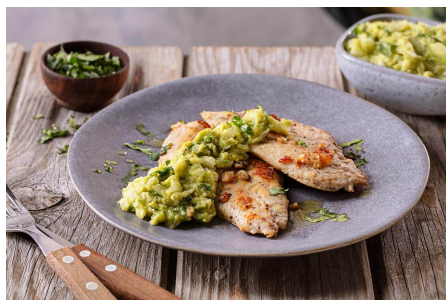




Frango grelhado com molho de abacate



Categoria
Carne



Tempo de preparação
Médio



Dificuldade
Médio



Custo
Médio



Com quem?
Com a família



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

Q.b. de Gallo Azeite Virgem Extra

Q.b. de Gallo Azeite

- 4 bifes de frango
- 2 dentes de alho picado
- 1 limão
- 2 abacates
- 2 limas
- 2 colheres de sopa de cebola picada
- 1 colher de sopa de alho em pó
- Q.b. de coentros
- Q.b. de sal
- Q.b. de pimenta

Modo de preparação

1

Tempere os peitos de frango com alho, sal, pimenta e sumo de limão. Deixe marinar por 15 minutos e em seguida corte em tiras.

2

Enquanto isso prepare o molho do abacate:

3

Retire a polpa do abacate com a ajuda de uma colher e regue com sumo de lima.

4

Um dos abacates corte aos cubos e o outro esmague com a ajuda de um garfo.

5

De seguida, junte a cebola picada, o alho em pó e metade dos coentros picados.

6

Regue com mais sumo de lima e Gallo Azeite Virgem Extra a gosto. Reserve no frio.

7

Aqueça o Gallo Azeite numa frigideira, frite os bifes até dourados ou durante cerca de 5 minutos. Virar de lado a meio da cozedura.

8

Sirva o frango com o molho de abacate e polvilhe com mais coentros.

Produtos utilizados



Virgem Extra
Azeite Virgem Extra



Azeite
Azeite

Veja também

 Carne  Rápido  Fácil

Pizza de presunto com rúcula

 Carne  Médio  Fácil

Salada de entrecôte com arroz vermelho, manga e tomate

 Carne  Médio  Fácil

Espetadas de frango com molho de amendoim

 Carne  Demorado  Fácil

Perna de cabrito em crosta de ervas

 Carne  Demorado  Fácil

Perna de borrego no forno com chalotas e cogumelos



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2022 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide