
Mayra

Alimentação infantil

Frango com manga e gengibre

Equipe Mayra A. · Tuesday, September 9th, 2014



Receita desenvolvida exclusivamente para [Escolinha Walita](#), foto [Elisa Correa](#)

Ingredientes

500g peito de frango em cubos pequenos
2 mangas em cubos pequenos
1 xícara de caldo de legumes
1 colher de sopa de vinagre de vinho branco
2 cebolas roxas em cubos pequenos
2 colheres de sopa de manteiga
2 tomates em cubos pequenos (sem pele e sem semente)
500ml de creme de leite fresco (ou creme de leite em caixinha)
1 colher de café de sal
1 colher de sopa de salsa fresca picada finamente
1 colher de café de canela em pó
2 pimentas malaguetas frescas
pimenta do reino (moída na hora, de preferência)

Modo de preparo

1. Num recipiente grande, misturar o caldo de legumes com o vinagre, a manga, a canela, a pimenta malagueta e juntar o frango. Com no mínimo 02 horas de antecedência. Reservar em geladeira.
2. Retirar os pedaços de frango da marinada, separando dos outros ingredientes.
3. Numa panela grande, aquecer a manteiga e dourar bem os pedaços de frango. Juntar a cebola e o tomate deixando dourar novamente.
4. Colocar a marinada na panela (a manga, com o caldo e a pimenta) junto com o frango e a cebola, abaixar o fogo e apurar por 10 minutos.
5. Misturar o creme de leite, deixar apurar por mais 05 minutos e juntar a salsa picada.
6. Retirar a pimenta malagueta antes de servir. Temperar com sal e pimenta do reino. Servir quente.

Rendimento: 06 porções

Dificuldade: Média

Tempo: 02h20 minutos

This entry was posted on Tuesday, September 9th, 2014 at 11:00 am and is filed under [Aves](#), [frango](#), [Home](#), [ingredientes](#), [manga](#), [Multi cores](#), [Receitas](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.