

FRANGO COM CAJU



CONFEÇÃO

1. Descasque o alho e a cebola. Retire as sementes dos pimentos e corte-os em tiras.
2. Coloque o alho e a cebola na taça com a lâmina picadora. Pique na velocidade 11 durante 10 seg.
3. Substitua a lâmina picadora pelo acessório misturador. Junte o azeite e seleccione o programa P1 de cozedura lenta a 130 °C durante 5 min.
4. No final do programa, junte o frango, os pimentos, o molho de soja, o concentrado de tomate, os cajus e o caldo. Seleccione o programa P2 de cozedura lenta a 95 °C durante 45 min.
5. Lave e pique os coentros. No final da cozedura, sirva de imediato polvilhando com os coentros e sumo de limão.

INGREDIENTES

- 750 G COXAS DE FRANGO
- 100 G CAJU TORRADO SALGADO
- 2 DENTES DE ALHO
- 1 CEBOLA
- 300 G PIMENTO VERMELHO
- 5 CL AZEITE
- 5 CL MOLHO DE SOJA
- 20 G CONCENTRADO DE TOMATE
- 25 CL CALDO DE GALINHA
- 12 G COENTROS FRESCOS
- SUMO DE 1/2 LIMÃO
- PIMENTA