

FRANGO DE FRICASSÉ COM ARROZ BRANCO AO VAPOR



CONFEÇÃO

1. -Partir o frango em pedaços, não muito pequenos, temperar com sal, alho e sumo de limão (eu deixei temperado logo de manhã).

3. -Colocar a Ultrablade na taça, pôr a cebola cortada em 4 e os dentes de alho inteiros, e ligar o Pulse +/- 20 seg. Quando terminar, trocar pelo acessório misturador, baixar a cebola que ficou nas paredes da taça com a espátula, colocar o azeite, e ligar Slow Cook 1, ou seja, vel.2/130º/7 min.

5. -Colocar ao mesmo tempo a panela do vapor com uma forma dentro com o arroz, a água bem quente, o caldo de legumes, um pouco de sal, e um fio de azeite.

7. -Quando terminar pôr o frango e o vinho branco, e ligar vel.2/120º/35 min.

9. -Á parte mistura-se as 2 gemas com o sumo de limão, e prog. vel.3/120º/1 min, tapa e vai deitando a mistura das gemas em fio, pela abertura da tampa.

11. -Por fim é só polvilhar com salsa picada.

INGREDIENTES

- -1/2 FRANGO
- -1 CEBOLA
- -2 DENTES DE ALHO
- -2 COLHERES DE SOPA DE AZEITE
- -2 COLHERES DE SOPA DE VINHO BRANCO
- - SAL
- -2 GEMAS DE OVO
- -SUMO DE LIMÃO (+/- 2 COLHERES DE SOPA)
- -SALSA PICADA
- -1 MEDIDA DE ARROZ
- -2 MEDIDAS DE ÁGUA QUENTE
- -1/2 CALDO DE LEGUMES
- -1 FIO DE AZEITE
- -SAL