

PEITOS DE FRANGO PIZZAIOLA COM ARROZ BRANCO AO VAPOR



CONFEÇÃO

1. Temperar os peitos de frango com um pouco de sal e limão e reservar.
2. Colocar 1 cebola partida em quartos na CC e 3 dentes de alho, e triturar com a Ultrablade 20 seg. Pulse.
3. Juntar o tomate partido em pedaços, utilizei frescos mas pode-se utilizar de lata. Deitar cerca de 2 c.sopa de azeite e refogar com o acessorio misturador, Slow cook P1, Vel.2/130º/8 min.
4. Entretanto pode por a panela de vapor em cima da CC para ir aquecendo.
5. Quando terminar, juntar o caldo de legumes, meia caneca de água, uma folhas de manjericão, colocar o cesto de vapor, com os peitos de frango e prog. vel.2/120º/30 min.
6. Numa forma que caiba na panela de vapor, deitar a medida do arroz, a água, sal, 1 dente de alho esmagado, e um fio de azeite e tapar.
7. Quando terminar o tempo retirar os peitos de frango para um tabuleiro de forno, triturar o molho com a lâmina 20 seg/vel.12. e deitar por cima do frango, deitar queijo ralado por cima e levar ao forno a 200º até derreter o queijo.

INGREDIENTES

- -3 PEITOS DE FRANGO
- -SAL E LIMÃO.
- -500 GR DE TOMATE PARTIDO EM PEDAÇOS.
- -1 CALDO DE LEGUMES
- -CEBOLA
- -ALHO
- -AZEITE
- -MANJERICÃO
- -1 MEDIDA DE ARROZ
- -2 MEDIDAS DE ÁGUA, JÁ QUENTE.