

PEITO DE FRANGO COM MOLHO DE LARANJA



CONFEÇÃO

1. Cortar o peito de frango em pedaços pequenos, colocar no copo com o acessório misturador e um fio de azeite. 120 graus, velocidade 3 e 6 minutos.
2. Juntar os alhos cortados grosseiramente e programar mais 1 minuto, a velocidade 3, a 120 graus.
3. Adicionar o açúcar e sumo de laranja e programar a velocidade 1, 120 graus e mais 4 minutos.
4. Retirar do copo, colocar numa taça juntar e misturar os gomos de laranja.
5. Servir com arroz basmati ou outro acompanhamento e juntar a raspa de laranja e salsa por cima, a gosto.

INGREDIENTES

- 400GR PEITO DE FRANGO
- 2 DENTES DE ALHO
- 3 COLHERES DE SOPA DE AÇÚCAR MASCAVADO
- SUMO DE 2 LARANJAS
- RASPA DE 1 LARANJA
- GOMOS DE 1 LARANJA
- SALSA A GOSTO
- AZEITE QB
- ARROZ BASMATI A ACOMPANHAR