

PEITOS DE FRANGO AO VAPOR COM MOSTARDA



INGREDIENTES

- 2 PEITOS DE FRANGO
- 2 C.S. MOSTARDA L'ANCIENNE
- SAL E PIMENTA Q.B.
- 0,7 L DE ÁGUA

CONFEÇÃO

1. Abra os peitos de frango a meio e tempere com sal e pimenta a gosto.

2. Com a ajuda de uma colher de sopa espalhe a mostarda pelos peitos abertos, barrando bem.

3. Feche os peitos com a ajuda de linha de cozinha.

4. Coloque 0,7L de água na taça do robot, disponha os peitos no cesto de cozedura a vapor e coloque-o na taça.

5. Selecione o programa P1 Cozedura a Vapor, durante 25 minutos.

6. No final, corte as linhas e sirva os peitos de frango com arroz branco.
