

FRANGO ALENTEJANO



INGREDIENTES

- 600GR DE FRANGO (PARTIDO EM BOCADOS)
- 500GR DE BATATAS (PARTIDA EM CUBOS)
- 400GR DE AMEIOJA (CONGELADA)
- 2 DENTES DE ALHOS
- 180ML DE VINHO BRANCO
- 50ML DE AZEITE
- PIMENTÃO DOCE Q.B.
- FOLHA DE LOURO
- Salsa picada Q.B.
- SAL E PIMENTA Q.B.

CONFEÇÃO

1. Descasque os alhos deite os na taça com a lamina picadora, junta se o azeite. o pimentão doce, o vinho,sal e pica se 15seg na vel10. Troca se o acessório picador pelo misturador.

2. Depois do frango cortado e arranjado junta se á mistura anterior já com a folha de louro, encaixa se por cima o cesto de cozedura a vapor com as ameijoas e programa se a 130º na vel1 30min, ou até achar que o frango está cozinhado.

3. A 10min do fim do programa da Cici, comece a fritar as batatas.

4. No final deite o frango com o molho para um pirex(previamente aquecido na boca do vapor da Cici) , junte as ameijoas e sirva polvilhado com a salsa picada.

6. Espero que gostem da minha sugestão....

7. È uma boa alternativa para quem não gosta da carne de porco!

9. Bom apetite!
