

FRANGO AGRIDOCE



INGREDIENTES

- 400 A 500 G DE BIFE OU PEITO DE FRANGO CORTADO ÀS TIRAS
- 1 CEBOLA GRANDE
- 50 G DE AZEITE
- 1 LATA PEQUENA DE ANANÁS EM PEDAÇOS
- CALDA DA LATA DE ANANÁS
- 1 C. SOPA DE FARINHA MAIZENA
- 25 G DE AÇÚCAR
- 25 G DE VINAGRE
- 90 G DE POLPA DE TOMATE
- PAPIKA Q.B.
- SAL Q.B.

CONFEÇÃO

1. À parte temperar o frango com sal e paprika a gosto e reservar.

2. Num recipiente, misturar, com uma vara de arames, a Maizena, a calda do ananás, a polpa de tomate, o vinagre e o açúcar. Reservar.

3. Cortar a cebola em quartos para o copo com a ULTRABLADE. Programar vel. 9/ 10 seg de modo a ficar grosseiramente picada (COM TAMPA).

4. Tirar a ULTRABLADE e colocar o acessório MISTURADOR. Juntar o azeite à cebola e programar SLOWCOOK/P1/130°C/10 min (SEM TAMPA ATÉ AO FINAL DA RECEITA).

5. Colocar o frango no copo. Programar SLOWCOOK/P1/130°C/10 min.

6. Adicionar o ananás e programar SLOWCOOK/P1/130°C/5 min.

7. Regar com a mistura reservada e programar SLOWCOOK/P2/25 min.

8. NOTA: Como gosto de comida bem apurada e o frango já se estava a querer desmanchar, a uma dada altura tirei o frango e o ananás e deixei o molho a apurar sozinho!
