Carne

QUICHE DE FRANGO

Receita de Fã
Fácil
30 Min.
3-4 Doses

INGREDIENTES

- 3 IOGURTES NATURAIS
- 3 OVOS INTEIROS
- 1 DL D LEITE
- 100G DE FARINHA
- 1 COLHER DE SOPA DE MOSTARDA
- ERVAS AROMÁTICAS A GOSTO Q. B.
- FRANGO DESFIADO OU PARTIDO EM CUBINHOS (EQUIVALENTE A 1 PEITO DE FRANGO MÉDIO), OU RESTOS DE QUALQUER CARNE, ATUM, DELÍCIAS DO MAR, PEIXE,....)
- COGUMELOS LAMINADO FACULTATIVO
- QUEIJO RALADO FACULTATIVO

CONFEÇÃO

1. Ligar o forno a 210 graus. Untar uma tarteira com manteiga ou azeite.
2. Colocar todos os ingredientes na cuba, munida do acessório misturador, com exceção, do frango e do queijo. Programar 30 segundos na velocidade 7. Usar a espátula para baixar o preparado e programar mais 15 segundos.
4. Deitar o frango na tarteira e, eventualmente os cogumelos. Cobrir com o preparado Y
5. Levar ao forno por 30 minutos ou até ficar dourado.
6. Se desejar, 5 a 10 minutos antes, colocar o queijo e gratinar.