



RECEITAS DA FIA

Filé de frango à parmegiana na frigideira

www.receitasdafia.com/receitas/file-de-frango-a-parmegiana-na-frigideira

Essa é pra quem é fã de uma boa parmegiana. É rápido e fácil de fazer. Então, Confira.

Filé de frango à parmegiana na frigideira

 30 minutos

 10 porções

Ingredientes

- 1 kg de peito de frango sem osso
- 300 gramas de farinha de rosca
- 3 ovos
- 1 pacote de molho de tomate de sua preferência
- 300 gramas de mussarela
- 1 cebola
- 3 dentes de alho
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino
- Cheiro verde

Modo de Preparo

1. Corte o peito de frango em bifes, tempere com sal, pimenta e alho, massageie para que pegue bem o tempero.
2. Em outro recipiente coloque os 3 ovos tempere com sal e bata com o garfo só para misturar a gema com a clara.
3. Em outro recipiente coloque a farinha de rosca para empanar.
4. Comece passando os bifes de frango nos ovos depois na farinha de rosca.
5. Frite e reserve .
6. Escolha uma frigideira que caiba os bifes e que tenha uma tampa , Você pode adaptar a tampa de outra panela.
7. Na frigideira frite a cebola e o alho despeje o molho, tempere a gosto.
8. Em seguida adicione os bifes ao molho, cubra-os com mussarela e tampe.
9. Deixe ferver em fogo baixo por apenas 2 minutos, desligue o fogo e pronto.
10. Bom apetite!

Obs.: não precisa cobrir o bife no óleo, coloque uma quantidade que dê para alcançar todo o bife somente. Obs.: coloque uma quantidade de molho que cubra os bifes. Relacionado: [Filé de frango à milanesa](#)