

Filé de Frango ao Molho de Mostarda

www.receitasdafia.com/receitas/file-de-frango-ao-molho-de-mostarda

Aprenda essa deliciosa receita e surpreenda seu paladar e da sua família!

Filéde Frango ao Molho de Mostarda



Ingredientes

- 500g de filé de peito de frango
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1/2 cebola picada
- 3 dentes de alho picados
- 1 xícara (chá) de suco de laranja
- 5 colheres (sopa) de vinho branco
- 1 colher (sopa) de mostarda
- 1 colher (sopa) de mel
- 1 colher (sopa) rasa de amido de milho
- Alecrim e orégano a gosto
- 3 colheres (sopa) de creme de leite
- · Azeite a gosto

Modo de Preparo

- 1. Em uma panela, adicione o azeite, os filés, tempere eles com sal, pimenta, deixe grelhar bem dos dois lados e reserve.
- 2. Em outra panela, derreta a manteiga com o azeite, adicione a cebola e o alho e deixe refogar.
- 3. Coloque o suco de laranja, misture e deixe levantar fervura.
- 4. Junte o vinho branco, a mostarda, o mel e misture.
- 5. Dissolva o amido de milho com um pouco de água e despeje na panela.
- 6. Adicione o alecrim, o orégano, o creme de leite e misture bem até engrossar.
- 7. Coloque os frangos em uma travessa e despeje o molho por cima.
- 8. Agora é só servir.
- 9. Bom apetite!