

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!

Filé de Frango ao Molho de Mostarda

 40 min

 6 porções

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!