



RECEITAS DA FIA

Frango Caprese com Abobrinha

www.receitasdafia.com/receitas/frango-caprese-com-abobrinha

Aprenda hoje esse receita deliciosa de Frango Caprese recheada com abobrinha e surpreenda quem você ama!

Frango Caprese com Abobrinha

 40 min

 2 porções

Ingredientes

- 2 Filés do [peito de frango](#)
- 3 dentes de alho amassados
- 2 [Tomate](#) em rodela
- 1 [cebola](#) em rodela
- 1 [abobrinha](#) pequena em rodela
- 200 g Queijo [mussarela](#)
- 2 colheres de [mostarda](#)
- Sal e Pimenta-do-reino a gosto
- Ervas finas da sua preferencia
- Manjericão a gosto
- Azeite a gosto

Modo de Preparo

1. Faça alguns cortes no peitos de frango por cima com cuidado para não cortar demais (só para encaixar a abobrinha).
2. Faça uma mistura com o alho, pimenta-do-reino, mostarda, ervas finas, sal e tempere todo o peito de frango.
3. Corte a abobrinha, o tomate e a cebola em rodela.
4. Recheie cada orifício com uma rodela de cada.
5. Acomode em uma assadeira regue com azeite.
6. Leve ao forno por 20 minutos.
7. Retire e salpique como queijo ralado.
8. Regresse ao forno por 10 minutos para gratinar.
9. Sirva com Purê de batata e salada.