



RECEITAS DA FIA

Frango com Quiabo

www.receitasdafia.com/receitas/frango-com-quiabo

Hoje você vai aprender uma receita pra ninguém botar defeito. Super saboroso, frango com quiabo é uma receita caseira de dar água na boca. Anote aí!

Frango com Quiabo unknown

 40 min

 6 porções

Ingredientes

- 3 colher (sopa) de [óleo](#)
- 1 kg de [frango](#) cortado em pedaços pequenos
- 1 [cebola](#)
- 3 dentes de [alho](#)
- 2 [tomates](#) picados
- 550 ml de água quente
- 300 g de [quiabos](#) cortados em 3 partes
- [Cheiro verde](#) a gosto
- [Sal](#) e [pimenta do reino](#) a gosto

Modo de Preparo

1. Em uma panela grande, coloque o óleo e frite cebola e o alho.
2. Junte o frango tempere com pimenta do reino, sal e frite por 10 minutos, ou até dourar todos os lados.
3. Acrescente o tomate e refogue por 5 minutos, ou até que comece a desmanchar.
4. Adicione a água, e cozinhe por 10 minutos.
5. Junte o quiabo, cozinhe com a panela tampada, em fogo médio, por 10 minutos, ou até que o quiabo fique macio.
6. Se quiser com mais caldo, adicione mais 100 ml de água.
7. Retire do fogo, salpique com cheiro verde e sirva em seguida.

www.receitasdafia.com