



RECEITAS DA FIA

Frango xadrez

www.receitasdafia.com/receitas/frango-xadrez-2

O Frango Xadrez é uma receita que ganha um sabor único por conta das especiarias, do amendoim e, principalmente, do gengibre.

Frango xadrez type unknown

 45 min

 5 porções

Ingredientes

- 500 g de peito de [frango](#) em cubos (aconselhamos que tempere com pelo menos uma hora de antecedência)
- 1 colher de sopa rasa de colorau ou páprica picante (para temperar o frango)
- 2 colheres de sopa de shoyu (para temperar o frango)
- 2 colheres de sopa de água (para temperar o frango)
- 1 colher de sopa rasa de mostarda (para temperar o frango)
- 1 colher de sopa de suco de limão (para temperar o frango)
- 2 colheres de sopa de óleo
- 1/2 cebola picada em pedaços grandes
- 2 dentes de alho picados
- 1/3 de pimentão vermelho picado em pedaços grandes
- 1/3 de pimentão amarelo picado em pedaços grandes
- 1/3 de pimentão verde picado em pedaços grandes
- 1 xícara de [brócolis](#) ninja (miúdo) separado em buquês
- 50 g de amendoim sem pele torrado
- Cebolinha verde a gosto
- 1 colher (café) [gengibre](#)

MOLHO

- 1 colher de sopa bem cheia de amido de milho
- 100 ml de água
- 50 ml de shoyu
- 1/2 envelope de caldo de galinha em pó.

Modo de Preparo

1. Tempere o frango com antecedência, mas cuidado para não exagerar porque o molho final é bem salgado
2. Feito isso, refogue o frango no óleo até dourar
3. Junte a cebola e o alho e mexa por alguns segundos
4. Junte os pimentões, brócolis e o gengibre e acrescente 100 ml de água e mantenha a panela tampada até os vegetais perderem o aspecto de cru (fica ao seu critério deixá-los mais ou menos cozidos)
5. Junte o amendoim

MOLHO

1. Em uma panela misture os ingredientes do molho.
2. Leve ao fogo médio e mecha com um fue até engrossar um pouco.
3. Depois, jogue por cima do frango e dos legumes.
4. Salpique cebolinha na hora de servir
5. Bom apetite