



# Bifinhos de frango grelhados com brás de legumes



Categoria  
Carne



Tempo de preparação  
Rápido



Dificuldade  
Médio



Custo  
Médio



Com quem?  
A sós



Nº de pessoas  
1 pessoa

## Ingredientes



50ml de Gallo Azeite  
Virgem Extra Clássico

- 150g de bifinhos de peito de frango
- 10g de cebola
- 20g de alho francês
- 40g de cenoura
- 40g de curgete
- 40g de cogumelos
- 2 ovos
- Q.b. de Sal
- Q.b. de pimenta

## Modo de preparação

1

Comece por fazer o brás de legumes. Aqueça o azeite em fogo forte para que não cole na frigideira, cozinhe os legumes cortados em tiras finas.

2

Bata os ovos e adicione ao preparado anterior, com sal e pimenta do reino a gosto, ainda em fogo alto.

3

De seguida prepare o frango, temperando os bifinhos com sal e pimenta.

4

Grelhe os bifes e sirva-os regados com azeite aromatizado com linguiça, para dar um toque de sabor.

## Produtos utilizados



Clássico

Azeite de Oliva Extra Virgem

## Veja também



Carne



Rápido



Fácil

*Pizza de presunto com rúcula*

 Carne  Médio  Fácil

*Salada de entrecôte com arroz vermelho, manga e tomate*

 Carne  Médio  Fácil

*Espetadas de frango com molho de amendoim*

 Carne  Demorado  Fácil

*Perna de cabrito em crosta de ervas*

 Carne  Demorado  Fácil

*Perna de borrego no forno com chalotas e cogumelos*



Mais receitas em

[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide