



Filetes de pollo a la parrilla con brás de legumes



Categoria
Carne



Tempo de preparação
Rápido



Dificuldade
Médio



Custo
Medio



Com quem?
Por ti mesmo



Nº de pessoas
1 pessoa

Ingredientes



50ml de Gallo Aceite
Clássico

- 150g de filetes de pechuga de pollo
- 10g de cebolla
- 20g de ajo francés
- 40gr de zanahoria
- 40g de calabacín
- 40g de champiñones
- 2 huevos
- Sal, al gusto
- Pimienta, al gusto

Modo de preparação

1

Comience por hacer el brás de legumes (sofrito de verduras). Caliente el aceite y, a fuego alto para que no se pegue en el sartén, cocine las verduras picadas en tiras finas.

2

Bata los huevos y agréguelo al preparado anterior, con sal y pimienta al gusto, todavía con fuego alto.

3

A seguir prepare el pollo, temperado los filetes con sal y pimienta.

4

Cocine los filetes y sírvalos con un poco de aceite aromatizado con chorizo, para dar un toque de sabor.

Produtos utilizados



Clássico

Aceite de Oliva Virgen Extra

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

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide