Millet com brócolos assados e peito de frango

Categoria	*Tempo de preparação*	*Dificuldade*	*Custo*	*Com quem?*	*Nº de pessoas*
Carne	Médio	Fácil	Médio	Com a família	4 pessoas

Ingredientes

- Q.b. de Gallo Azeite Virgem Extra O Meu Primeiro Azeite
- 100g de millet
- 200g de brócolos
- 1 alho picado
- Q.b. de tomilho
- Q.b. de sal

Modo de preparação

1. Cozinhe o millet conforme as instruções da embalagem com um pouco de sal.
2. Coloque os brócolos em floretes num tabuleiro de forno. Tempere o alho, tomilho, sal e um fio de Gallo Azeite Virgem Extra O meu primeiro azeite.
3. Leve a cozinhar por cerca de 15 minutos em forno pré-aquecido a 190ºC.
4. Coza o peito de frango em água com um pouco de sal.
5. Desfie o frango, junte ao millet e em seguida envolva os floretes dos brócolos.
6. Termine com um mais um pouco de Gallo Azeite Virgem Extra O meu primeiro azeite.

Produtos utilizados

O Meu Primeiro Azeite

Azeite Virgem 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