

FILÉ DE FRANGO COM LEMON PEPPER

INGREDIENTES

- 2 filés de frango
- 1 dente de alho bem picadinho
- 1 colher (sopa) de lemon pepper
- 3/4 de xícara de leite
- 1 colher (chá) de maisena
- azeite e sal a gosto

MODO DE PREPARO

Tempere os filés de frango com alho, um fiozinho de azeite, sal e metade da colher de lemon pepper

Deixe descansar por 15 minutos na geladeira

Aqueça a frigideira (de preferência antiaderente) e grelhe os dois lados dos filés

Na mesma frigideira, coloque o leite (deixando separado duas colheres) e o restante do lemon pepper

Misture bem até para retirar o resto do tempero da frigideira

Dissolva a maisena no leite reservado (as duas colheres) e acrescente ao creme, mexendo até engrossar

Dica

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/4387-file-de-frango-com-lemon-pepper.html>