

# FRANGO COM AMÊNDOAS DE DAMASCO

## INGREDIENTES

4 filés de peito de frango com 2 cm de altura

1 medida de 120 ml de amêndoas de damasco

20 tomates cereja

1 colher (sopa) mostarda amarela

1 limão siciliano

sal a gosto

1 colher (café) de coentro desidratada\*

1 colher (café) de cebola desidratada\*

1 colher (café) de alho desidratado\*

1 colher (café) de aipo desidratado\*

1 colher (café) de manjeriço desidratado\*

1 colher (café) de mostarda desidratada\*

1 colher (café) de salsa desidratada\*

pimenta-do-reino moída na hora a gosto

Azeite para fritar

120 ml de água filtrada

\*ou use tempero pronto sem adição de sódio.

## MODO DE PREPARO

Tempere os filés de frango com sal, limão espremido e os temperos secos

Deixe descansar por 30 minutos em temperatura ambiente

Esquente o azeite em uma frigideira antiaderente e leve 2 filés por vez

Frite 3 minutos de cada lado até ficar dourado

Coloque metade dos tomates cereja, estoure

Adicione metade da mostarda, abaixe o fogo e deixe a água secar

Retire os filés junto com os tomates e reserve

Despeje o restante da água na frigideira e coloque metade das amêndoas

Reduza até ficar um creme

Retire este molho e despeje por cima dos filés

Repita a operação para os outros 2 filés e sirva com arroz basmati

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/5654-frango-com-amendoas-de-damasco.html>