

FRANGO COM QUIABO DA ANDREA

INGREDIENTES

2 kg de sobrecoxa de frango, sem pele e sem osso, temperado a gosto.

1 cabeça de alho socado no pilão

5 cebolas grandes (corte carolina)

10 tomates maduros sem pele (corte em 4)

Aproximadamente 800 g de quiabo, lavado e cortado.

MODO DE PREPARO

Em uma panela grande, de preferência uma panela de ferro, acrescente o azeite e o frango temperado

Deixe cozinhar até o frango ficar dourado

Retire o frango da panela e reserve

Aproveitando o fundo da panela, acrescente o alho socado e refogue

Após o alho refogado, acrescente todas as cebolas e deixe refogar por um 2 minutos

Por cima das cebolas, coloque o frango que foi cozido e por cima do frango coloque os tomates picados

Mexa aos poucos e verifique se não está queimando no fundo, caso não tenha formado muito caldo, acrescente

1/2 xícara de água fervente

Junte o quiabo cortado na panela, misture, porém sem ficar mexendo muito para não criar a baba característica do quiabo

Em fogo baixo deixa ferver até o quiabo ficar macio

Corrija o sal caso necessário (pimenta é sempre bem vinda)

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/7910-frango-com-quiabo-da-andrea.html>