

Galinha Sem 'Medinho' de Manteiga

Sugerido por: Receitas Secretas



Ingredientes:

2 peitos de frango grandes (cerca de 500gr de frango)
6 colheres de sopa de manteiga derretida
Suco de limão de 1 / 2 limão grande
1 / 4 xícara de azeite extra virgem
Sal marinho, pimenta e alho em pó a gosto

Preparação:

Derreta 1 colher de manteiga numa panela grande.
Tempere peitos de frango com sal, pimenta e o alho em pó.
Cozinhe os peitos de frango e cubra com a manteiga em lume baixo. Não deixe a manteiga ficar castanha.
Despeje o suco de limão numa tigela separada.
Lentamente, misture a restante manteiga derretida e vá mexendo.
Em seguida, adicione lentamente o azeite e continue a mexer.
Tempere com sal, pimenta e o alho em pó.

Uma vez que o frango esteja cozido, servir num prato e despeje a mistura sobre o seu peito de frango cozido.

Não se surpreenda se você estiver tentado a deitar este molho nos seus vegetais ou sobre todos os outros alimentos que possa pensar. É delicioso!

Descubra como a manteiga é uma gordura boa e pode realmente ajudar você a perder peso [aqui](#).