

Peito de Frango Empanado



Ingredientes:

- 2 ovos
- 1/2 xícara (chá) de queijo parmesão ralado
- 2 peitos de frango, sem osso e sem pele, cortados em 4 filés cada
- 1/2 xícara (chá) de migalhas de pão fresco
- 3 colheres (sopa) de manteiga
- 4 colheres (sopa) de óleo
- 1 ramo de alecrim fresco ou 1/2 colher (chá) de alecrim seco
- Sal e pimenta do reino a gosto
- Salsinha e gomos de limão para decorar

Modo de preparo:

Em uma tigela média misture os ovos com 1/4 xícara (chá) de queijo ralado, sal e pimenta do reino. Bata bem, até ficar misturado. Coloque os peitos de frango nesta mistura de ovos e vire para cobrir todos os lados. Deixe de molho por 10 minutos. Misture o queijo ralado restante e as migalhas de pão em um prato. Reserve. Em uma frigideira grande aqueça a manteiga, o óleo e o alecrim em fogo médio. Passe os peitos de frango na mistura de queijo e pão e arrume-os na frigideira, todos de uma vez. Frite em fogo baixo, por 4 a 5 minutos de cada lado, até ficarem dourados. Escorra em papel absorvente. Sirva com gomos de limão e decore com talos de salsinha. Sirva em seguida.

Dica: O peito de frango, quando é frito em fogo baixo, fica mais macio, pois cozinha e depois doura a parte de fora.

Rendimento: 8 porções