



para o dia a dia ● ○ ○

FRANGO COM MILHO E BATATA-DOCE

6 porções / 60min

- 1 frango inteiro cortado e temperado
 - 3 espigas de milho levemente cozidas, cortadas em rodela não muito grossas
 - 3 batatas-doces cozidas e cortadas em rodelas
 - 8 tomates picados
 - 1 cebola picada
 - 1 dente de alho picado
 - Tempero verde a gosto
 - Sal
 - Pimenta-do-reino
- Você vai precisar de**
- 1 panela pequena
 - 1 panela grande
 - Liquidificador
- 1 Em uma panela pequena, cozinhe o tomate.
 - 2 Em seguida, passe o tomate pelo liquidificador para formar o molho.
 - 3 Em uma panela grande, refoque o frango com a cebola e o alho.
 - 4 Acrescente o molho de tomate e deixe cozinhar.
 - 5 Adicione o milho e deixe que ele termine de cozinhar.
 - 6 Adicione a batata-doce em seguida para agregar sabor.
 - 7 Corrija o tempero com sal e pimenta.
 - 8 Sirva com tempero verde.