

Arroz de frango no forno



Ingredientes: 4 unidade de cenouras (em cubos)
4 unidade de tomates (sem pele e sementes)
0 totaste de sal & pimenta
2 colher de sopa de óleo
200 grama de moela de frango
200 grama de fígado de frango
1 chávena de água
1 unidade de cebola (picada)
1 unidade de dente de alho (picado)
600 grama de frango

Instruções de preparação:

Aqueça o óleo numa panela, em lume médio. Coloque o frango e a moela e frite até começar a dourar. Junte, então, o fígado, que leve menos tempo para fritar. Quando tudo estiver bem dourado, acrescente a cebola, o alho e frite por mais 1 minuto. Junte os tomates, o sal, a pimenta e a água. Baixe o fogo e cozinhe até o frango ficar bem macio. Retire o frango e os miúdos. Desfie o frango e pique os miúdos em pedaços pequenos. Coe o molho e volte a colocar na panela. Coloque a cenoura e cozinhe durante 5 minutos. Junte o frango desfiado e os miúdos picados e cozinhe por mais 2 minutos. Retire do fogo e reserve. Para preparar o arroz aqueça a manteiga, frite a cebola, rapidamente e acrescente o arroz. Dê uma fritada rápida no arroz. Junte o caldo de frango e tempere com sal. Quando levantar fervura, baixe o lume e deixe cozinhar até o caldo secar e o arroz ficar cozido e mole. Misture o arroz ao molho de frango. Acrescente metade do parmesão. Coloque metade do arroz num tabuleiro refractário e cubra-o com a mozzarella e os ovos. Coloque a outra metade do arroz e cubra com o restante queijo parmesão. Ligue o forno a 220°. Leve o tabuleiro ao forno e, depois, de 10 minutos, quando o queijo da superfície começar a mudar de cor, retire e sirva imediatamente.

Sugestões Adicionais: