

Espetinho de Frango Empanado



Ingredientes:

1,5kg de filé de peito ou sobrecoxa de frango sem pele e sem osso em cubos
Sal e pimenta do reino a gosto
1 colher (chá) de páprica ou colorau
Suco de 1/2 limão
2 dentes de alho espremidos
2 ovos
1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
1 xícara (chá) de farinha de rosca
Óleo para fritar

Modo de preparo:

Em uma tigela, tempere os cubos de frango com sal, pimenta, a páprica ou colorau, o suco de limão, o alho e deixe descansar na geladeira por 30 minutos. Espete os cubos em palitos para churrasco. Bata os ovos com um garfo e reserve. Passe os espetinhos na farinha de trigo, no ovo batido e, por último, na farinha de rosca. Em uma frigideira, em fogo médio, frite os espetinhos aos poucos, até dourar. Escorra sobre papel absorvente e sirva acompanhado do molho de sua preferência.

Dica: Acrescente um pouco de queijo parmesão ralado na farinha de rosca para dar um toque especial.

Rendimento: 12 porções

Tempo de preparo: 30 minutos

Tempo de descanso: 30 minutos