

Frango com quiabo

Ingredientes:

16 coxinhas da asa
azeite de oliva
100g de cebola
1 pimentão verde
4 tomates maduras
2 dentes de alho
½ colher (chá) de pimenta-do-reino
500g de quiabo
1 colher (sopa) de molho de soja
½ tablete de caldo de galinha
1 colher (sopa) de salsa picada