

Hortifruti União na cozinha

Frango Xadrez

- 500gr de filé de peito de frango sem pele cortado em cubos
- 1 colher (sopa) de sakê culinário
- 1/2 pimentão vermelho cortado em cubos
- 1/2 pimentão amarelo cortado em cubos
- 1/2 pimentão verde cortado em cubos
- 3 talos de salsão picados
- 1 cebola média cortada em cubos
- 2 dentes de alho amassados
- 1 xícara (chá) de água
- 4 colheres (sopa) de molho de soja (shoyu)
- 1 colher (sopa) amido de milho
- 1 pacote de hondashi
- 2 colheres (sopa) óleo de gergelim
- 1/2 xícara (chá) de amendoim sem pele e torrado.
- 2 colheres (sopa) de óleo de sua preferência



Molho: Em um recipiente dilua o molho de soja, o hondashi, o óleo de gergelim e o amido de milho na água. Reserve.

Tempere o peito de frango com o sakê culinário. Em uma panela, aqueça o óleo e doure o alho. Depois coloque o frango e refogue. Quando o frango estiver dourado, acrescente a cebola, os pimentões, o salsão e o amendoim. Finalize acrescentando o molho e deixe cozinhar mexendo bem até engrossar. Sirva ainda quente.

Rendimento: 8 porções

Tempo de preparo: 30 minutos