



Tiras de Frango com Arroz e Legumes Salteados



Ingredientes

- 1/2 emb. de Tiras de Frango Pescanova
- 250 g de arroz basmati
- Sal q.b.
- Azeite q.b.
- 1 cebola
- 200 g de cenouras baby
- 250 g de brócolos



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Preparação

1. Confeccionar as tiras de frango conforme as instruções da embalagem.
2. Cozer o arroz basmati em água com sal.
3. Amolecer em azeite a cebola picada, juntar as cenouras baby (descongeladas e escorridas) e os brócolos separados em pequenos floretes, temperar ligeiramente de sal e saltear até à consistência desejada (mais ou menos al dente).
4. Servir as tiras de frango com o arroz e os legumes salteados.

Produtos Associados



Tiras de Frango Panado

1 kg