



Frango à rolê com pupunha e molho gremolata



Rendimento

12 porções



Tempo de preparo

00:55

Ingredientes

FRANGO

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Filé de frango	1,2 kg	1,2 kg
Tempero SAZÓN® Profissional Aves	2 colheres (chá)	10 g
Couve-manteiga (cortada ao meio)	5 folhas	175 g
Palmito pupunha (em conserva, desfiado)	1 xícara e meia (chá)	300 g
Manteiga sem sal	Meia xícara (chá)	100 g
Mistura Completa para Milanese Ajinomoto®	Meia xícara (chá)	50 g

MOLHO

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Azeite de Oliva Extra Virgem TERRANO®	3 colheres (sopa)	45 ml
Suco de limão tahiti	1 colher e meia (sopa)	22,5 ml
Suco de limão siciliano	1 colher e meia (sopa)	22,5 ml

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Tempero SAZÓN® Profissional Alho	Meia colher (chá)	2,5 g
Salsa (picada)	Meia xícara (chá)	20 g
Sal	3 pitadas	1,2 g

Modo de Preparo

1. Em um bowl médio, polvilhe os filés de frango com o Tempero SAZÓN® Profissional e o sal, cubra com plástico-filme e deixe na geladeira por 30 minutos para tomar gosto.
2. Em uma bancada limpa, coloque o filé de frango, disponha a folha de couve, espalhe a punha desfiada. Enrole-os e prenda com palitos de dente. Repita o procedimento com os ingredientes restantes.
3. Em um bowl médio, coloque a Mistura Completa para Milanese Ajinomoto®, empane somente a parte de cima do frango enrolado e disponha em uma GN com o lado empanado para cima, previamente untada. Asse em forno médio (180 graus), preaquecido, por 15 minutos, ou até dourar a superfície.
4. Prepare o molho: em um bowl pequeno, coloque o Azeite TERRANO™, o suco de limão tahiti, o suco de limão siciliano, o Tempero SAZÓN® Profissional, a salsa e o sal, e misture.
5. Retire o palito do frango, fatie em rodela, regue com o molho e sirva em seguida.