



Filé de frango à parmegiana



Rendimento

10 porções



Tempo de preparo

01:05

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Filé de peito de frango	10 filés	900 g
Tempero SAZÓN® Profissional Aves	2 colheres (chá)	10 g
Sal	meia colher (chá)	2,5 g
Ovo (batido)	2 unidades	100 g
Farinha de rosca	1 xícara (chá)	140 g
Muçarela (fatiada)	10 fatias	170 g
Molho de tomate AJINOMOTO®	1 xícara (chá)	200 ml

Modo de Preparo

1. Em um bowl grande, coloque o frango, 7,5 g do Tempero SAZÓN® Profissional e o sal, misture e deixe na geladeira por 15 minutos para tomar gosto.
2. Empane, passando-os pelo ovo e, por último, pela farinha de rosca, previamente misturada com o restante do Tempero SAZÓN® Profissional.
3. Frite-os em imersão, em fogo médio, por 2 minutos de cada lado, ou até dourarem. Escorra em papel toalha.
4. Em uma GN, disponha os filés empanados e fritos, distribua o Molho de Tomate Ajinomoto®

e as fatias de muçarela. Leve ao forno médio (180 graus), preaquecido, por 10 minutos, ou até gratinar. Retire do forno e sirva em seguida.