



Pratos Principais Frango

## Frango com Cerveja

🕒 25 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 4 doses

### Ingredientes

- 1 frango sem pele partido aos pedaços
- 2 cebolas
- 3 c. de sopa de manteiga
- 3 dl de cerveja branca
- 4 c. de sopa de Natas Longa Vida Original
- salsa picada q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	547,6 kcal	27%*
<b>Proteínas</b>	87,2 g	174%*
<b>Lípidos</b>	18,6 g	27%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	3,1 g	1%*

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Para o preparado do frango com cerveja, cortar as cebolas finas às rodelas e levar ao lume com a manteiga.
- 2 Assim que as cebolas estiverem translúcidas, introduzir o frango.
- 3 Temperar de sal e pimenta e regar com a cerveja. Tapar o frango com cerveja e cozer em lume brando 35 minutos.
- 4 Deitar as natas, destapar e cozer mais 10 a 15 minutos.
- 5 Servir o frango com cerveja com puré e salpicado com a salsa.