

Pratos Principais | Pratos de Carne

Galinha no Forno

A receita de galinha assada no forno é um prato tradicional e relativamente simples de fazer. Além de ser uma receita saborosa e prática, a galinha no forno é também uma receita caseira, ideal para preparar em casa para toda a família. Em algumas regiões é o prato da consoada de Natal.

40 min. | Fácil | Económico | 6 doses

Ingredientes

1 galinha
180 g de presunto
180 g de bacon
1 chouriço
2 cebolas pequenas
2 cubos de Caldo de Galinha MAGGI
150 ml de azeite
sal q.b.
pimenta q.b.
um raminho de salsa

Informação nutricional

Energia	701,1 kcal	35%*
Proteínas	45,6 g	91%*
Lípidos	57,0 g	81%*
Hidratos de Carbono	1,6 g	1%*

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

Preparação

1. Comece por limpar a galinha muito bem. Leve a cozer a galinha inteira juntamente com 100g presunto, 100g bacon, 1 cebola cortada em metades e metade do chouriço em água temperada com sal e com os caldos de galinha.
2. Deixe cozer em lume moderado, com a água a cobrir a ave, até a mesma estar cozida.
3. Quando a galinha estiver cozida retire e coe o caldo. Parta a galinha em pedaços grande e disponha num tabuleiro.
4. Leve ao lume o azeite com a cebola picada. Corte o restante chouriço em rodelas finas e reserve algumas para decorar.

5 Corte em cubos os 80g de bacon e pique mais finamente os 80g de presunto. Acrescente o bacon, o chouriço e o presunto ao preparado da cebola e deixe cozinhar por cerca de 3 a 4 minutos.

6 Retire e regue a galinha com o preparado. Leve ao forno pré aquecido a 180ºC a galinha, até a mesma corar um pouco.

7 Retire e polvilhe com salsa picada e decore com as restantes rodelas de chouriço que reservou. Acompanhe com arroz preparado com o caldo que reservou de cozer a galinha.