ENROLADO DE FRANGO À PARMEGIANA

INGREDIENTES

2 filés de peito de frango

100 g de queijo mussarela ralado

100 g de ricota amassada

1 linguiça calabresa sem a pele picada

2 ovos

1 xícara (chá) de farinha de trigo

1 xícara (chá) de farinha de rosca

1 xícara (chá) de molho de tomate pronto

sal e pimenta-do-reino a gosto

queijo parmesão ralado a gosto para polvilhar

óleo para fritar

MODO DE PREPARO

Com uma faca afiada, abra cada filé de frango pela lateral, com cuidado, para que forme um retângulo

Coloque cada filé aberto, entre duas folhas de filme plastico e bata com um martelo de carne até ficar com a mesma espessura fina

Tempere com sal e pimenta

Em uma vasilha, misture a mussarela ralada com a ricota e a calabresa picada

Recheie cada peito com metade dessa mistura

Enrole cada filé como se fosse um rocambole e amarre com barbante culinário

Bata os ovos ligeiramente em uma travessa

Passe os rocamboles pela farinha de trigo, depois pelos ovos batidos e pela farinha de rosca

Aperte um pouco para que a farinha se junte ao filé

Em uma frigideira funda coloque o óleo e frite cada rocambole separadamente até dourar por igual

Retire e escorra sobre papel absorvente

Coloque os rocamboles em um refratário médio e cubra com o molho de tomate

Polvilhe com o queijo parmesão ralado

Leve ao forno médio, preaquecido, por uns 15 minutos para gratinar

Sirva em seguida acompanhado de um arroz branco e batatas fritas

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitafacilrapida.com.br/receita/11054-enrolado-de-frango-a-parmegiana.html