

-Frango de rabo de Boi-

Ingredientes para 4 pax

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• 1 Frango de 1,5Kg• 1 Cebola grande• 3 dentes de Alho• 1 Malagueta média• 2 Folha de Loureiro• 400 gramas de Arroz Carolino | <ul style="list-style-type: none">• 100mml. de Azeite• 1 pacote de Sopa instantânea de Rabo de Boi (embalagem para um litro de Água)• 1,5Lt. de Água• Caril em Pó• Sal Q.b. |
|---|---|

Preparação do Arroz

Pôr 1 litro de Água numa panela média a ferver com a folha de Loureiro, picar e adicionar 1 dente de Alho; 40mml. de Azeite e então em temperatura média adicionar o Arroz e temperar de Sal q.b.; deixar o Arroz cozer até ficar meio seco; desligar e reservar para servir.

Preparação do Fango

- Partir o Frango em pequenos pedaços; temperar num recipiente, com a Malagueta picadinha, Sal q.b., uma boa pitada de Caril e dois dentes de Alho bem picadinhos.
- Numa panela média/grande, a temperatura média, pôr os 60 mml. de Azeite, uma folha de Loureiro, a Cebola picada; deixar alourar a Cebola e aí adicionar o Frango e deixar refugar/fritar durante 20 minutos, mexer de vez em quando.



- Num recipiente pôr 0,5lt. de Água natural com três partes da Sopa instantânea de Rabo de Boi, mexer até ficar bem diluído. Juntar aos poucos em temperatura baixa, lentamente o molho da Sopa de Rabo de Boi mexendo e envolvendo bem com o Frango; deixar ferver e apurar uns 10 minutos, mexer com frequência.
- Acompanhar com o arroz branco e batata frita.

