

RECEITA: Cuscuz com Frango

Tempo de Preparação: 30 min Pax: 1

| Quantidade | Ingredientes    |
|------------|-----------------|
| 100 gr     | Cuscuz          |
| 250gr      | Peito de Frango |
| Q.B        | Sal             |
| Q.b        | Azeite          |
| Q.b        | Água            |
| 50gr       | Cebola Picada   |
| 5gr        | Alho Picado     |
| 100ml      | Polpa de tomate |
| ½ lata     | Tomate concassé |
|            |                 |
|            |                 |
|            |                 |
|            |                 |
|            |                 |

| Ref. | Acções   | Quantidade | Ingredientes    | Instruções |
|------|----------|------------|-----------------|------------|
|      | Misturar | 100 gr     | Cuscuz          | Recipiente |
|      | Misturar | Q.b        | Azeite          | Recipiente |
|      | Misturar | Q.B        | Água            | Recipiente |
|      | Misturar | Q.b        | Sal             | Recipiente |
|      | Cortar   | 250 gr     | Peito de Frango | Tigela     |
|      | Picar    | 50 gr      | Cebola          | Tijela     |
|      | Picar    | 5 gr       | Alho            | Tijela     |
|      | Misturar | 100 ml     | Polpa de tomate | Panela     |
|      | Misturar | ½ lata     | Tomate concassé | Panela     |





10:21

