

NeoChef™

COZINHA + SAUDÁVEL

EM MICRO-ONDAS

ASAS DE FRANGO CROCANTES

Ingredientes:

- 10 asas de frango inteiras.
- 1 colher sopa fermento em pó
- 1/2 colher chá de sal Molho ou especiarias

Preparação:

Cortar as asas de frango em 3 pedaços (Basta 2 cortes), descartar a ponta da asa.

Colocar as asas já cortadas dentro dum recipiente.

Polvilhar com o fermento em pó e o sal.

Misturar tudo, com as mãos.

Colocar as asas numa camada só, sobre grelha do micro-ondas.

Levar ao micro-ondas LG NeoChef menu cozinhar com grill combinado código Co-2 durante 30m.

Retirar do micro-ondas e regar com o molho.

Servir numa travessa com um dip à parte.

Para o molho: picar alho e malaguetas e alourar em azeite, adicionar sumo de limão.

Para o dip: picar manjerição muito fino e misturar num jarro de maionese.