

Espetadas de Frango Satay

Carne —   15 min  1 pessoa

chef.continente.pt/receitas/espetadas-de-frango-satay



Ingredientes

Ingredientes para a marinada:

150 g de peito de frango em pedaços
½ dente de alho picado
½ c. sopa de gengibre fresco picado
1 c. sopa de água
Molho de soja e lima

Para o molho de amendoim:

2 c. sopa de leite de coco
½ c. sopa de manteiga de amendoim

Confeção

1. Preparação da marina:

Num recipiente misture o molho de soja, a lima, o alho e o gengibre.

2. Adicione o frango, a água e deixe a marinar durante trinta minutos.

3. Molho de amendoim:

Num tacho coloque o leite de coco, três colheres de sopa da marinada e a manteiga de amendoim.

4. Leve a ferver mexendo sempre, durante dois minutos ou até obter um molho espesso.

5. Preparação das espetadas:

Coloque três a quatro peças de frango em cada espeto. Grelhe de todos os lados.

6. Acompanhe com o molho.