VITLIS | RECEITA PARA GUARDAR

Escondidinho de frango cremoso

Preparo 25 min | Forno/fogo 25 min | Rende: 6 porcoes (travessa de 30 x 20 cm)

INGREDIENTES

- Recheio: 600 g de peito de frango (cerca de 430 g depois de cozido e desfiado)
- Recheio: 1 cebola media (100 g) picada
- Recheio: 2 dentes de alho (cerca de 8 g) amassados
- Recheio: 1 colher de sopa (13 g) de azeite
- Recheio: 1 xicara (240 ml) de molho de tomate
- Recheio: 2 colheres de sopa de cheiro-verde picado
- Recheio: sal e pimenta-do-reino a gosto
- Recheio: 1/2 xicara de milho-verde escorrido, opcional
- Pure: 1 kg de batata asterix ou inglesa, descascada e em pedacos
- Pure: 1/2 xicara (120 ml) de leite morno
- Pure: 1 colher de sopa (14 g) de manteiga
- Pure: sal e noz-moscada ralada na hora a gosto
- Cobertura: 150 g de mussarela ralada
- Cobertura: 2 colheres de sopa de requeijao cremoso, opcional
- Cobertura: oregano a gosto

MODO DE PREPARO

1. Cozinhe e desfie o frango ainda morno

Cubra o peito de frango com agua, junte meia cebola, um dente de alho e uma folha de louro, e cozinhe ate o centro atingir 74 °C. Como referencia, na panela de pressao podem ser necessarios cerca de 20 minutos depois que comecar a chiar. Sem pressao, cerca de 35 minutos em fogo medio, ajustando conforme o tamanho das pecas. Escorra, reserve um pouco do caldo e desfie enquanto a carne ainda esta morna, com dois garfos. Frango frio fica rigido e sai em pedacos grossos em vez de fios.

2. Refogue o recheio sem encharcar

Aqueca o azeite, doure a cebola por dois minutos e junte o alho por mais um. Sem deixar queimar, ou o recheio inteiro ganha amargor. Acrescente o frango desfiado, tempere com sal e pimenta, misture e so entao despeje o molho de tomate. Deixe apurar de cinco a oito minutos, ate o molho envolver os fios e o fundo da panela aparecer quando voce passa a colher. Se secar demais, duas colheres do caldo reservado resolvem. Desligue e misture o cheiro-verde.

3. Cozinhe a batata em pedacos iguais

Corte as batatas descascadas em pedacos do mesmo tamanho, cubra com agua fria, salgue e leve ao fogo. Conte de 15 a 18 minutos a partir da fervura: a batata esta pronta quando o garfo entra sem resistencia e sai limpo. Escorra imediatamente e deixe a panela aberta por um minuto, para o vapor sair. Essa pausa de um minuto e o que separa um pure firme de um pure molhado.

4. Faca o pure com a batata quente

Passe a batata ainda quente pelo espremedor direto na panela. Junte a manteiga, misture e junte o leite morno aos poucos, mexendo por 1 a 2 minutos com espatula ou colher ate chegar a um creme que se sustenta na colher. Tempere com sal e um toque de noz-moscada. Nao use mixer nem liquidificador: a lamina rompe o amido da batata e o pure vira cola.

5. Monte as camadas na travessa

Espalhe todo o recheio no fundo de uma travessa de 30 por 20 centimetros, apertando de leve com as costas da colher por 30 segundos para nivelar. Cubra com o pure as colheradas, distribuidas por toda a superficie, e so depois alise com a espatula. Jogar tudo no meio e empurrar faz o recheio subir e se misturar. Se usar requeijao, espalhe uma camada fina entre o recheio e o pure.

6. Gratine e descanse antes de servir

Cubra com a mussarela, polvilhe oregano e leve ao forno preaquecido a 200 °C por cerca de 20 minutos, ate o queijo dourar em manchas. Se o forno for fraco na parte de cima, ligue o grill nos ultimos tres minutos e fique olhando. Tire e espere cinco minutos antes de servir: quente demais, a porcao desmonta na colher.

Receita completa em vitlis.site/artigos/escondidinho-de-frango

Vitlis - texto e fotos proprias. Uso pessoal.