



 Carne —  91 MIN  FÁCIL  50 UNIDADES  YÄMMI 2

Ingredientes

- 1200 g de peito de frango
- Para a Marinada:
- 2 iogurtes naturais
- Sumo de 2 limões
- 1 c. de chá de açafão
- 2 c. de chá de coentros secos (em folha)
- Sal fino a gosto
- Pimenta a gosto
- Para Panar:
- 200 g de bolachas salgadas (tipo crackers)
- 2 c. de chá de salsa ou coentros secos (em folha)
- Para o Forno:
- Papel vegetal
- Azeite para untar

Preparação

- 1º Corte o frango aos pedaços (nuggets).
- 2º Coloque na panela todos os ingredientes para a marinada e programe 10 segundos na velocidade 6. Envolve a mistura no frango cortado e deixe marinar durante 1 hora.
- 3º Pré-aqueça o forno a 180°C.
- 4º Lave e seque bem a panela. Depois acrescente as bolachas e a salsa ou coentros secos e triture durante 30 segundos na velocidade 10.
- 5º Escorra bem o frango que deixou a marinar e passe-o pela mistura de bolachas e salsa.
- 6º Disponha os nuggets sobre um tabuleiro de forno forrado com papel vegetal e untado com azeite e leve ao forno, pré-aquecido, cerca de 30 minutos. A meio do tempo vire-os de lado e nos últimos minutos de forno ligue o grill até ficarem dourados.