



Frango Picante à Zé do Pipo



 4 pessoas

 40 min

 Fácil

Ingredientes

600gr BIFES DE FRANGO LUSIAVES
1 LINGUIÇA PICANTE
1Kg DE PURÉ CONGELADO
1 COL. CHÁ DE MASSA DE ALHO
200gr RUCULA
2 COL. CHÁ DE PICANTE
2 DENTES DE ALHO
6 COL. SOPA DE MAIONESE
AZEITE
SAL
PIMENTA PRETA
SEMENTES DE SÁSAMO
LEITE & MANTEIGA PARA O PURÉ

Preparação

Começamos por cortar os bifes de frango em tiras e depois cortamos as tiras ao meio. Num recipiente vamos temperar as tiras de frango com sal, pimenta preta e com o picante que pode ser por exemplo piri-piri ou tabasco e mexemos tudo muito bem. Deixamos marinar por cerca de 10 minutos. De seguida cortamos a linguiça picante em rodelas bem finas e picamos a rúcula em pedaços pequenos. Num recipiente colocamos a maionese e vamos juntar-lhe os dentes de alho esmagados com um esmagador. Mexemos muito bem para obter uma maionese com sabor a alho. Preparamos o puré congelado seguindo as instruções da embalagem, juntando-lhe leite, temperando com sal e pimenta preta e por últimos juntando-lhe a manteiga para que fique cremoso. Numa frigideira juntamos um pouco de azeite e vamos saltear por cerca de 5 minutos a rúcula com a linguiça picante. Juntamos também a massa de alho e

deixamos que a rúcula amoleça. Juntamos o preparado ao puré e mexemos bem para que fique bem envolvido no puré. Na mesma frigideira vamos agora fritar o frango. Não juntamos qualquer gordura pois o frango deverá como que grelhar. Quando o frango estiver bem dourado por fora estará pronto. Num pirex fazemos uma camada de puré com a rúcula e com a linguiça picante e vamos colocar o frango por cima. Com uma espátula pressionamos o frango sobre o puré. Cobrimos com a maionese de alho que preparámos e por último juntamos as sementes de sésamo e levamos ao forno pré-aquecido a 200º por 10 minutos.