



Rolinhos de Frango



2 Pax



40min



Fácil

Ingredientes

- 4 Bifes de frango Lusiaves
- 4 Fatias de presunto
- 4 Fatias de queijo
- 1 Copo de espumante
- 1 Colher de sobremesa de amido de milho
- 2 Folhas de Louro
- 30 ml de água
- Palitos
- 25 gr de manteiga
- Azeite
- Sal
- Pimenta Preta

Preparação

Num prato fundo colocamos os bifes de frango, regamos com o espumante e juntamos as duas folhas de louro, temperamos com pimenta preta e sal e deixamos marinar cerca de 20 minutos no frio. Secamos os bifes mas guardamos o espumante da marinada pois vamos usar para fazer o molho, e cobrimos primeiro com uma fatia de queijo e depois com uma fatia de presunto. Enrolamos e prendemos com uns palitos e numa frigideira com tampa pomos a manteiga a derreter e juntamos um fio de azeite, e fritamos os bifes em lume médio, tape a frigideira com a tampa para que cozinhem também por dentro e vá virando os rolinhos. Quando estiverem cozinhados retire e na mesma frigideira ponha o espumante que usou na marinada misture com o molho que os bifes criaram. Junte a água ao amido de milho, mexa bem e junte os rolinhos novamente, tape e deixe cozinhar por mais uns minutos, aproveite e rectifique o

tempero com sal e pimenta preta.