RECEITAS SUPERMERCADO BEIRA ALTA

WRAP DE VERãO COM FRANGO

Dificuldade

Fácil

Preparo

25 min

Rendimento

6 porções

INGREDIENTES

- Tomate cortado em rodelas finas - 1 cenoura pequena ralada ½ maço de alface - 1 pote de requeijão (250 g) - 1 pacote de pão para wrap - 1 Tirinhas de Frango (500 g) - 1 xícara (chá) de suco de laranja (200 ml) - 2 colheres (sopa) de azeite (26 ml)

MODO DE PREPARO

Aqueça o azeite em uma frigideira. Adicione as tirinhas de frango ainda congeladas e refogue até aquecê-las. Tempere a gosto com sal e pimenta do reino. Abaixe o fogo e junte o suco de laranja. Aqueça, mexendo de vez em quando, até que todo o suco tenha evaporado. Aqueça o pão conforme indicação da embalagem, espalhe uma farta camada de requeijão sobre o pão ainda quente, e sobre ela disponha a alface, a cenoura ralada e o tomate. No centro, coloque as tirinhas de frango. Enrole e sirva em seguida.