



Arroz de forno com frango e banana

© 24 de janeiro de 2016 culinária, Receitas arroz, Arroz Tio João culinária, receita

Quer sair da rotina neste domingo e fazer um arroz diferente? Veja a sugestão do [Arroz Tio João](#)

Arroz de forno com frango e banana

Ingredientes

Para o arroz:

1 colher (sopa) de óleo de milho
1 dente de alho picado
2 xícaras (chá) de [Arroz Tio João](#)
Sal a gosto
3 ovos cozidos picados
5 ramos de salsa picados
5 talos de cebolinha fatiados

Para o frango:

2 colheres (sopa) de óleo de milho
1 kg de sobrecoxas de frango
Sal a gosto
Pimenta-do-reino moída na hora
2 dentes de alho picados
1 cebola grande
3 tomates picados
1/2 pimentão vermelho cortado em cubos
1 folha de louro
2 ramos de tomilho fresco
1 ramo de alecrim fresco
1 lata de ervilha

Para as bananas e montagem:

2 colheres (sopa) de manteiga
6 bananas d'água (banana da terra)
300g de queijo meia cura ralado

Modo de preparo

Aqueça o óleo em uma panela e doure o alho, acrescente o arroz e refogue rapidamente, adicione 4 xícaras (chá) de água, (800 ml) o sal e cozinhe o arroz em fogo baixo com a panela semi tampada. Depois de 10 minutos, solte os grãos com auxílio de um garfo, junte os ovos, salsa e a cebolinha. Reserve.

Em uma panela grande, aqueça o óleo e doure as sobrecoxas previamente temperadas com sal e pimenta, junte o alho e doure também, faça o mesmo com a cebola, o tomate e o pimentão; acrescente o louro, o tomilho e o alecrim, junte cerca de 1 litro de água e cozinhe em fogo baixo por 40 minutos, deixando restar 1/3 do caldo do cozimento. Reserve. Quando estiver frio, despreze as peles e desfie o frango. Coe o caldo restante e junte ao frango desfiado

Para as bananas: corte-as em fatias no sentido do comprimento (cerca de 4 fatias) e frite-as na manteiga. Reserve.



Montagem:

Em um refratário fundo (26cm x 22cm), disponha camadas com metade do arroz, sobre ele metade do frango com o molho, metade do queijo e metade das bananas grelhadas; repita o processo finalizando com o queijo. Leve ao forno médio previamente aquecido por cerca de 25 minutos. Sirva em seguida.

Rendimento: 8 porções

Tempo de Preparo: 40 Minutos

Fonte: [Arroz Tio João](#)

Compartilhe isso:

Twitter Facebook Google

★ Curtir

Um blogueiro curtiu disso.



Aprenda a receita do Arroz Doce Gaúcho

🕒 28 de janeiro de 2016 🍴 culinária, Doce, Doces, Receitas 🍷 Arroz Tio João, culinária, doces, receita

Arroz doce é um dos clássicos da culinária brasileira, mas você conhece a versão gaúcha? Veja a seguir a receita, cortesia do [Arroz Tio João](#):

Arroz Doce Gaúcho

Ingredientes

3 pêssegos frescos
1 ½ xícara (chá) de açúcar
1 xícara (chá) de Arroz 100% Grãos Nobres [Tio João](#)
5 cravos
3 colheres (sopa) de manteiga

Modo de preparo

Corte 2 pêssegos em cubinhos e reserve o outro para a decoração. Derreta ½ xícara (chá) de açúcar em fogo médio, mexendo até obter um caramelo escuro. Em seguida, com cuidado, adicione 3 xícaras (chá) de água (600 ml). Quando o caramelo estiver totalmente dissolvido na água, acrescente o arroz, os pêssegos em cubos e os cravos e cozinhe em fogo baixo, com a panela semitampada, por 30 minutos, ou até o arroz ficar bem cozido. Junte o restante do açúcar, 1 colher (sopa) de manteiga e 1 xícara (chá) de água e cozinhe por mais 20 minutos (adicionando mais água, se necessário).

Quando o arroz estiver quase pronto, corte o pêssego restante ao meio, e cada uma das metades em 8 (obtendo, assim, 16 barquinhas de pêssego). Aqueça o restante da manteiga em uma frigideira e grelhe os pêssegos.

Assim que o arroz estiver quase seco, com um creme espesso em volta dele, desligue o fogo e sirva-o em seguida, ainda quente.



Dica: caso tenha acesso ao origone, hidrate 100 g em 4 xícaras (chá) de água (800 ml) e, assim que fizer o caramelo, adicione os origones hidratados junto com sua água na panela e cozinhe-os por 15 minutos antes de entrar com o arroz. Depois, basta seguir a receita do 3º parágrafo em diante.

Tempo de preparo: 20 minutos

Rendimento: 6 porções

Fonte: [Arroz Tio João](#)

Compartilhe isso:



3 blogueiros gostam disto.