

Receita de Frango Basco

Seguindo com os testes de [receitas francesas](#), segue esta **Receita de Frango Basco**, que também se enquadra entre as [fáceis e baratas feitas com frango](#). E, preciso confessar, muito amor por este saboroso, e ao mesmo tempo tão simples **Poulet Basquaise**.



Meu prato favorito de frango!

Receita de Frango Basco

Porção para duas pessoas.

Ingredientes

- 4 coxas de frango;
- 1 pimentão vermelho;
- 4 tomates;
- 100 ml de vinho branco;
- 1 cebola média;
- Azeite de oliva;
- 1 dente de alho;

- Páprica;
- Salsinha;
- Sal e pimenta branca;
- Arroz e salada verde para acompanhar.

Modo de preparo

Faça um corte em cada coxa de frango, no sentido oposto ao osso, para que cozinhe de forma uniforme. Tempere com sal e pimenta e leve para dourar lentamente, em fogo médio – aproximadamente 8 minutos, vai depender do tamanho das coxas.



Dourando o frango

Enquanto isso, corte a cebola em cubinhos, pele os tomates, remova as sementes e corte em cubos grandes. Corte ou esmague o alho. Corte os pimentões em cubos médios. Quando o frango estiver pronto, retire da panela e reserve. Coloque o alho e a cebola para refogar na gordura que sobrou do frango. Se for excessiva, descarte uma parte.

Quando a cebola estiver cozida (transparente), adicione o vinho e esfregue o fundo da panela com uma colher de madeira ou espátula. Após 3 minutos tomate e páprica (ao seu gosto, por isso adicione aos poucos).

Ajuste sal e pimenta e depois de 3 min. cozinhando, adicione o pimentão. Misture bem e coloque as coxas de frango de volta na

panela. Com fogo baixo, tampe e deixe que cozinhe de 20 a 30 min., mexendo para que não grude vez ou outra, enquanto prepara o arroz e salada de acompanhamentos. Depois de pronto, sirva sobre o arroz.

Obs.: esta **receita de frango** tradicional do país Basco – região histórica onde vivem os bascos, localizada entre a França e a Espanha. Este prato tem sabor intenso e apimentado, mas indico colocar a quantidade de pimenta que mais agrada ao seu paladar. Pode adicionar um pouco de **molho Tabasco**, para deixar mais picante.



Sirva com arroz branco!