

Receita de Galinhada

Segue a minha receita de galinhada, mais uma para a lista de receitas fáceis e baratas com carne de frango.



A **galinhada** é aquele tipo de comida bem de reunião familiar brasileira: feita em uma panela só, dá substância e deixa todo mundo alegre. É simples e reconfortante! Minha **Receita de Galinhada** é daquelas que tem um caldo encorpado, para comer acompanhado de **salada de alface** e pão francês.

Ideal para os dias de casa cheia, onde é necessário ter mais tempo para conversar do que cozinhando. Espero que gostem e apreciem! Medidas para servir quatro pessoas.

Receita de Galinhada

Ingredientes

- 700g de coxa e sobrecoxa de frango;
- 1 cebola grande;
- 2 dentes de alho;
- 1 1/2 xícaras de arroz;
- Azeite, sal e pimenta;
- Salsinha;

- 1 colher de sopa rasa de açúcar;
- Salada de alface e pão francês fresco para acompanhar.

Modo de preparo

Faça pequenos cortes nos pedaços de frango, no sentido contrário das fibras (um por peça). Isso garante que a carne absorva mais os sabores do tempero. Remova a gordura extra da carne. Salpique sal e pimenta e reserve.

Em uma panela grande (uma *wook* ou panela de ferro, como preferir), aqueça um pouco de óleo (não precisa ser muito, pois o frango geralmente libera bastante gordura). Adicione o açúcar e deixe queimar. Quando estiver marrom escuro, baixe o fogo e adicione o frango. Este caramelo, vai encher a **galinhada** de cor e sabor.

Enquanto o frango doura, corte a cebola em cubinhos, descasque o alho e remova seu miolinho. Quando o frango estiver dourado, coloque a cebola. Quando a cebola estiver transparente, adicione o alho. Refogue tudo por uns 3 minutos e adicione o arroz. Misture bem e adicione 3 xícaras de água quente se quiser deixar a galinhada caldosa como um risoto. Se preferir com o arroz soltinho e seco, coloque água aos poucos, tampe a panela, mexa vez ou outra e vá adicionando água até estar quase cozida. Quando faltar muito pouco para chegar no ponto, desligue e mantenha tampado com um pano limpo entre a panela e a tampa. Isso vai garantir que o arroz fique soltinho mas não empapado.

Para finalizar, adicione salsinha picada e sirva com salada verde e pão francês.



Galinhada sequinha, com arroz soltinho!



Galinhada succulenta, tipo risotto.