

Frango com dois vinagres

Chefe Hernâni Ermida

INGREDIENTES

5 pernas de frango do campo
5 dentes de alho
100g de cebolinhas descascadas
100g de bacon em pedacinhos
50g de azeitonas sem caroço
2 c.s de azeite Valle Madruga
2 c.s de vinagre balsâmico
2 c.s de vinagre de vinho branco
1 c.s de mel
1 folha de louro
Sal Marinho Rui Simeão
Pimenta acabada de moer



Chef Hernâni Ermida
A vida com mais sabor



PREPARAÇÃO

Leve ao lume um tacho com o azeite e deixe aquecer;
Adicione o frango e deixe-o cozinhar até ficar douradinho de ambos os lados;
Junte os alhos com a casca, o louro e o bacon. Misture e junte o vinagre balsâmico, o mel o vinagre de vinho e 1,5 dl de água;
Tempere com pouco sal e pimenta;
Tape e reduza o lume;
Deixe cozinhar durante 15 minutos e junte as cebolinhas;
Misture e verifique o sal. Tape e deixe cozinhar mais 10 minutos;
Junte as azeitonas e deixe cozinhar durante 5 minutos;
Sirva com pasta cozida e legumes.

