

## Parmegiana de Frango



### Ingredientes:

- 1kg de peito de frango
- 600g de molho de tomate
- 4 ovos caipiras
- 250g blaquet de peru
- 150g de parmesão de búfala
- Pimenta, sal a gosto
- Farinha para empanar (mistura de: farinha integral, farinha de feijão branco, oleaginosas trituradas, temperos a gosto, etc.)

### Modo de preparo:

Temperar os pedaços de frango com azeite, pimenta e sal a gosto. Bater os ovos muito bem com uma pitada de sal. Passar o frango nos ovos, e, em seguida, na farinha. Grelhar em uma frigideira com fogo médio para dourar bem, porém sem queimar. Reservar. Na mesma frigideira tostar o blanquet. Montar em uma assadeira o frango, depois o blanquet, em seguida o molho. Finalizar com o queijo ralado. Gratinar em forno alto.