



FILÉ DE PEITO DO CAMPO CROCANTE COM TOMATES RECHEADOS

 Nível Intermediário

 Rendimento 5 porções

 Tempo de preparo 40 minutos

 Ocasião Dia a Dia

 Modo de preparo Forno

INGREDIENTES

- 1kg de Filé de Peito do Campo Swift
- Tempero para Aves Swift a gosto
- 1 Colher (sopa) de Azeite
- 1 Limão
- Gergelim
- 6 Tomates maduros e firmes

- 1 Xícara (chá) de Queijo Coalho Swift ralado
- 300g de Brócolis Swift descongelado e picado
- 1 Colher (sopa) de Azeite
- Sal a gosto
- Tempero Cebola, Alho e Salsa Swift a gosto

MODO DE PREPARO

1. Tempere os filés de peito dos dois lados com o tempero de aves e algumas gotas de limão
2. Deixe marinar por no mínimo 20 minutos
3. Pincele um fio de azeite em cada lado dos filés
4. Coloque o gergelim em uma tigela e passe os filés para que grudem e façam uma crosta
5. Disponha os filés em uma assadeira antiaderente untada com azeite
6. Leve ao forno preaquecido a 200°C por cerca de 25 a 30 minutos
7. Corte a parte de cima dos tomates e retire toda a polpa com uma colher
8. Para ficar mais firme na assadeira, corte uma pequena parte do fundo também
9. Coloque sal e um fio de azeite por dentro da cavidade dos tomates e deixe-o de cabeça para baixo em cima de uma folha de papel toalha por 5 minutos
10. Misture o queijo coalho com os brócolis e tempere com o tempero cebola, alho e salsa
11. Recheie bem os tomates com a mistura e asse em forno pré-aquecido (200°C) por cerca de 15 minutos.

PRODUTOS UTILIZADOS



Brócolis Swift



Queijo Coalho Swift



Tempero para Aves Swift

PARA MAIS RECEITAS ACESSE:
WWW.SWIFT.COM.BR