



# Espetinhos de frango com maçã (textura modificada)

## Ingredientes (para 1 porção)

- 100 g de peito de frango
- 1 maçã Golden ou Fuji
- 1 colher (café) de cúrcuma
- 1 colher (café) de curry
- 1 colher (sopa) de azeite de oliva extra virgem
- Flocos de batata
- Leite (com ou sem lactose, conforme a tolerância)

## Preparo

1. Misturar em uma tigela o azeite de oliva, a cúrcuma e o curry. Reservar um pouco para temperar o prato no final.
2. Adicionar o frango cortado em cubos e misturar até envolvê-lo por completo. Reservar.
3. Descascar a maçã e cortá-la em cubos de tamanho igual ao do frango.
4. Cozinhar a maçã cortada com um pouco de água em um recipiente próprio para micro-ondas durante 4 minutos. Em uma tigela, colocar uma colherada de flocos de batata e um pouco de água. Mexer bem e adicionar a maçã escorrida.
5. Em uma frigideira com um pouco de azeite, saltear o frango marinado. Acrescentar um pouco de água e uma colherada de flocos de batata.
6. Cozinhar até engrossar e bater tudo com um pouco de leite até obter a textura desejada.
7. Servir os dois purês, intercalando-os, e temperar com um pouco da mistura de azeite, cúrcuma e curry reservada anteriormente.

## Recomendações

Em caso de disfagia e se desejar uma textura de purê mais fina, misturar os dois purês para incorporar o azeite e peneirar se for preciso.  
Em caso de diarreia, verificar a tolerância às especiarias e substituir o leite por caldo ou leite de arroz.