



Receta de cocina N° 4
Miércoles 16 de octubre de 2019

BROCHETAS DE POLLO

INGREDIENTES NECESARIOS:

pechuga de pollo
pimiento rojo
pimiento verde
cebolla
tomates cherry
aceite de oliva y sal



PREPARACION:

- 1 En una sartén ponemos un poco de aceite a calentar y freímos las pechugas a fuego medio. Añadimos sal y pimienta molida al gusto. Retiramos a una fuente y dejamos enfriar un poco.
- 2 Lavamos y troceamos los pimientos y la cebolla.
- 3 En una sartén con un poco de aceite vamos sofriendo los pimientos, la cebolla y los tomates. Añadimos sal y pimienta molida al gusto. Lo vamos haciendo por separado, para dejarlos reposar.
- 5 Cortamos la pechuga de pollo a dados de aproximadamente dos centímetros.
- 4 En palitos de brochetas vamos montando los ingredientes haciendo una "serie": pimiento rojo, pimiento verde, cebolla y trocito de pechuga. También alternaremos tomates cherry (uno al principio, otro al final y otro en medio)
- 5 Calentamos un poco en la sartén o el microondas y ¡¡¡A comeer!!!