Pollo a la italiana

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **4 unidades** pechugas de pollo
- ✔ **4 unidades** morrones
- ✔ **8 cda** salsa de soja
- ✔ **4 taza** arvejas cocidas
- ✔ **4 unidades** papas medianas

Preparación

1. Asar las pechugas a la plancha con una cucharada de salsa de soja.
2. Hervir las papas con cáscara y luego pelarlas y cortarlas en cubitos.
3. Asar, pelar y quitar las semillas de los ajíes.
4. Colocar en una fuente las pechugas, encima disponer los morrones.
5. A un costado poner las arvejas y al otro costado las papas.
6. Salsear con unas cucharadas de salsa de soja mezclada con dos de caldo o agua.
7. Calentar en el horno

Receta creada por **Lic. M. Claudia Sempé** - Nutricionista

"Una buena alimentación es el primer paso hacia una vida más saludable"

Cooking Service
cs@cookingservice.com.ar
15-3685-0038