Pollo al limon

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **150 gr** suprema de pollo
- ✔ **1 diente** ajo
- ✔ **1/2 capsula** azafrán
- ✔ **1 taza** champiñones
- ✔ **1 cda** queso blanco descremado
- ✔ **1 unidad** cebolla
- ✔ pimienta, condimentos *(a gusto)*
- ✔ **1/2 taza** caldo de vegetales
- ✔ **1 unidad** limón *(ralladura y jugo)*

Preparación

1. Cortar el pollo en presas y sazonar con condimentos y pimienta.
2. Rehogar una cebolla y un diente de ajo picados.
3. Agregarle 1 ½ tazas de caldo y un dedalito de azafrán.
4. Cuando rompa el hervor, agregar el jugo de 1 limón, sal, pimienta y el pollo, así como la ralladura del limón.
5. Agregar los champiñones.
6. Cuando está cocido, retirar las presas de pollo y verter el fondo de cocción sobre ellas.

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