Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Muslitos de pollo al horno

1h30 · 4 raciones · 385 kcal

Ingredientes

- **4** muslitos de pollo
- Especias Churrasco (sal, pimentón dulce, pimienta, ajo, comino, tomillo, orégano y cúrcuma)
- Aove

ACOMPAÑAMIENTO

Patatas gratinadas Delux

POR RACIÓN

Proteínas	**24 g**
Grasas	**25 g**
Hidratos	**17 g**
Fibra	**2,1 g**

Elaboración

1. Ponemos las especias sobre los muslitos, agregamos un chorrito de aove y mezclamos bien
2. Dejamos reposar 30 min para que cojan sabor
3. Introducimos los muslitos y las patatas en el horno a 180 grados durante 45 min
4. Le damos un par de vueltas a los muslitos para que se doren por ambos lados
5. Servimos caliente

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas

cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya