Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Arroz de verdura con solomillo de pollo

30min · 2 raciones · 635 kcal

Ingredientes

- **2 dientes** de ajo
- **60gr** de cebolla
- **60gr** de pimiento rojo
- **60gr** de pimiento verde
- **1** zanahoria
- **4** champiñones portobello
- **25gr** de aove
- **200gr** de solomillo de pollo
- **350gr** de caldo de pollo
- **150gr** de arroz
- Cucharadita de sal
- **1 pizca** de pimienta molida
- **1 cucharadita** de pimentón De la Vera
- Aove

Elaboración

1. Lavamos bien todas las verduras, cortamos en dados de 1,5cm la cebolla, el pimiento verde y rojo, la zanahoria, los champiñones y el ajo algo más pequeñito, reservamos.
2. En una cacerola ponemos un chorrito de aove y agregamos el ajo, la cebolla, el pimiento verde y rojo, la zanahoria, sal, pimienta y sofreímos a fuego medio unos 10-12 min., cuando ya esté todo bien pochado, agregamos los champiñones, doramos un poquito y agregamos el pollo, sofreímos.
3. Cuando el pollo esté listo, agregamos el arroz, el pimiento y removemos un poco al fuego, añadimos el caldo de pollo y dejamos a fuego medio unos 20 min, hasta que el arroz esté en su punto.
4. Servir caliente.

POR RACIÓN	33 g Proteínas	23 g Grasas	74 g Hidratos	5 g Fibra

Hecho con CookNest