Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

# Contramuslos de pollo a la naranja con patata al horno

30min · 2 raciones · 501 kcal

## Ingredientes

- **2** contramuslos de pollo
- **6**-8 patata de guarnición (lavada y cortada en mitades)
- **1** naranja (pelada y cortada en dados de 2cm)
- **1** chorrito de vino blanco
- Aove
- Sal
- Pimienta

POR RACIÓN

| | |
|---|---|
| Proteínas | **27 g** |
| Grasas | **29 g** |
| Hidratos | **34 g** |
| Fibra | **4,9 g** |

## Elaboración

1. Colocamos los contramuslos en una bandeja de horno, agregamos el vino blanco, las patatas, la naranja, la sal, la pimienta, el aove y llevamos al horno durante 25-35 min. a 180 grados (hasta que veamos que el pollo y las patatas se han dorado).
2. Retiramos del horno y servimos caliente.

Hecho con CookNest

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

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