Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Pollo al horno

1h · 4 raciones · 680 kcal

Ingredientes

- 1 pollo de corral
- 3-4 patatas troceadas en gajos
- 5-6 dientes de ajo machacados
- Sal
- Pimienta
- Romero
- Tomillo
- Aceite de oliva virgen extra
- Un chorrito de vino blanco
- Unas rodajitas de limón

POR RACIÓN

Proteínas	64 g
Grasas	33 g
Hidratos	30 g
Fibra	3,8 g

Elaboración

1. En una cacerola de hierro fundido ponemos el pollo, las patatas, los ajos, las rodajitas de limón
2. Añadimos el vino, salpimentamos al gusto, un poquito de tomillo, romero y por último unos chorritos de aceite de oliva virgen extra
3. Tapamos y llevamos al horno previamente calentado durante 50-80 min a 220 grados

RECOMENDACIONES

¡Listo para disfrutar!

Hecho con CookNest

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

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