Gotxei



PLATOS PRINCIPALES

Pollo alla cacciatora

+4h · 6 raciones · 519 kcal

Ingredientes

- **1,5 kg** pollo entero partido
- **3 dientes** de ajo
- **3** zanahorias
- **2 ramas** de apio
- **2** cebollas
- **500 ml** vino tinto
- **50 g** aceitunas negras
- **500 g** tomate pelado
- Aceite de oliva virgen extra
- **3 hojas** de laurel
- Pimienta negra molida
- Sal
- Albahaca

POR RACIÓN

Proteínas	**34 g**
Grasas	**29 g**
Hidratos	**14 g**
Fibra	**3,2 g**

Elaboración

1. Partir en dados no muy pequeños la cebolla, el apio y la zanahoria y machacar los ajos.
2. Salpimentar el pollo y marcarlo en una olla.
3. Sacar y reservar el pollo directamente en la olla lenta, y en la misma olla añadir las verduras.
4. Añadir el vino tinto, dejar hervir hasta que evapore el alcohol y
5. Añadir el tomate pelado (machacadito con las manos), las hojas de laurel, verter todo en la olla lenta y programar 6h en lenta.
6. Cuando quede 1 hora para acabar añadir las olivas negras + albahaca.
7. Retirar el laurel y triturar una parte de las verduras para darle más cuerpo a la salsa.

RECOMENDACIONES

Lo clásico sería acompañarlo de alubias tipo cannellini, pero yo lo acompañé de patatas porque para cenar alubias como que no.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Gotxei

cooknest.app/@gotxei · Instagram @gotxei