Pollo a la salsa de yogur

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Flor Roja **Recetizador:** Assum



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Intermedia
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 1 Pollo grande troceado
- 2 yogures griegos
- 1 diente de ajo
- 1/2 vaso de zumo de limón
- 1 cebolla
- 4 hojas de albahaca fresca
- aceite - sal

Preparación:

Paso 1

Primero picamos muy finita la cebolla y la sofreímos en una sartén con un chorrito de aceite. Cuando empiece a estar transparente la retiramos del fuego y reservamos.

Paso 2

En una cazuela grande ponemos dos cucharadas de aceite y sofreímos el pollo con la cebolla, hasta que el pollo quede doradito. Añadimos entonces el yogur, el zumo de limón, la albahaca y el diente de ajo bien picados y salpimentamos.

Paso 3

Dejamos cocer entre 10 y 15 minutos. Si hiciera falta podemos pasar la salsa por la batidora y verterla posteriormente sobre el pollo.