POLLO CON ACEITUNAS NEGRAS (Y LIMÓN)

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

Creador: Flor Roja **Recetizador:** Isabel Lorenzo



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Moderna
Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- ?4 muslos y contramuslos de pollo
- ?2 cebollas ?4 dientes de ajo
- ?1 limón ?Aceitunas negras
- ?4 tomates maduros
- ?Aceite de oliva virgen extra ?Miel,
- ?1 copa de vino añejo o brandy
- ?200 ml de caldo de pollo o agua
- ?Laurel, tomillo, guindilla, pimienta y sal.

Preparación:

Paso 1

1.Salpimentamos el pollo y añadimos algo de orégano. Lo doramos en una cazuela de barro o equivalente, cubriéndolo para que no salpique. 2.Una vez dorado, lo retiramos y lo reservamos. Descartamos el aceite y la grasa que ha soltado el pollo, sin rascar para aprovechar los jugos que han caramelizado en la cazuela, añadimos un chorrito de aceite e incorporamos la cebolla cortada en juliana, los ajos picados, el laurel, el tomillo y la guindilla (si lo queremos picante). Lo dejamos pochar.

Paso 2

3.Mientras, pelamos el limón, evitando la parte blanca, e incorporamos la piel al sofrito. Lo cubrimos y lo dejamos a fuego medio/bajo. 4.Una vez está bien pochada la cebolla, añadimos el tomate, lo salamos y, para reducir su acidez, añadimos una cucharada de miel, y lo sofreímos. Cuando ha tomado color, añadimos la copa de brandy y dejamos que reduzca, momento en el que incorporamos las aceitunas deshuesadas.

Paso 3

5.Finalmente, reincorporamos el pollo y lo cubrimos con agua o caldo de pollo y lo dejamos a fuego lento un mínimo de 20 minutos. Se puede dejar una hora para que el pollo quede bien tierno. Adornar al gusto.