

CONTRAMUSLOS DE POLLO RELLENOS DE PIMIENTO



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

Creador: Juan Neira Dura **Recetizador:** jessica Tello S



Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 4 CONTRAMUSLO DE POLLO DESHUESADOS
- 3 PIMIENTO DEL PIQUILLO
- 150 GR de MEZCLA DE ARROZ BASMATI CON SALVAJE
- 1 SAL
- 1 PIMIENTA
- 1 PUERRO
- 1 ACEITE DE OLIVA

Preparación:

Paso 1

LIMPIA EL PUERRO LAVALO Y CORTALO EN JULIANA REHOGALO EN 1 CUCHARADA DE ACEITE 25 MINUTOS

Paso 2

LAVA LOS CONTRAMUSLOS, SECALOS CON PAPEL DE COCINA Y APLASTALOS CO EL RODILLO, SALPIMENTALOS Y REPARTE EL PUERRO SOBRE ELLOS, PON ENCIMA DE CADA UNO ½ PIMIENTO CORTADO A LO LARGO Y ENROLLALOS

Paso 3

ATALOS CON HILO DE COCINA Y PONLOS EN UNA FUENTE REFRACTARIA UNTADA CON CEITE Y ASALOS 15 MINUTOS A 170 ° DALES LA VUELTA VIERTES EL CALDO Y ASALOS 15 MINUTOS MAS 180 °

Paso 4

CUECE EL ARROZ SEGÚN INDIQUE EL ENVASE, ESCURRE Y REFRESCA CON AGUA FRIA , CORTA EL PIMIENTO RESTANTE EN TIRAS SALTEA CON EL ARROZ Y SALPIMIENTA SIRVE CON LOS CONTRAMUSLOS DE POLLO RELLENOS