Muslos de pollo con hierbitas

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

Creador: Eva Codina

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Baja en calorías
Otros: Cocina Saludable
Coste: Muy económico

El truco de esta receta:
Lo importante es mover bien el pollo con las hierbas y el aceite de oliva y deja 30 m en adobo.

Descripción:
Esta receta es muy sencila y rica sobre todo para los que intentamos cuidar la linia...

Ingredientes para 2 personas :

- 2 Muslo de pollo
- sal
- pimienta
- Aceite de oliva
- finas hierbas
- hierbas de chimichurri secas

Preparación:

Paso 1

En primer lugar cortaremos el pollo, a mí me gusta utilizar los muslos para esta receta, Salpimentamos bien las piezas, ponemos las hierbas y un chorrito de aceite de oliva virgen, dejaremos unos 30 minutos antes de cocinar Pasado ese tiempo: en una plancha colocaremos los muslos y a cocinar a gusto de cada uno. A mí no me gusta muy hecho. Bon prufit!!