REGALO SORPRESA

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

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

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Muy económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 2 PECHUGA DE POLLO
- 1 VAINA DE VAINILLA
- 1 LIMON
- 3 RODAGAS de PIÑA NATURAL
- 1 CUCHARADA de AZUCAR MORENO
- 2 CUCHARADAS de MANTEQUILLA
- 1 CUCHARADA de ACEITE DE OLIVA
- 1 SAL
- 1 PIMIENTA

Preparación:

Paso 1

ABRE LAS VAINA DE VAINILLA Y RETIRA LAS SEMILLAS EXPRIME EL LIMON Y CORTA PARTE DE LA PIEL EN TIRITAS PARA LUEGO ESCALDARLAS 5 MINUTOS EN AGUA HIRVIENDO

Paso 2

REHOGA LA PIÑA A DADOS CON LA MANTEQUILLA Y EL AZUCAR DOS MINUTOS AGREGA LA VAINA Y LAS SEMILLAS DE VAINA Y RETIRA DEL FUEGO

Paso 3

CORTA EL POLLO EN DADITOS Y DORALOS EN UNA CUCHARADITA DE ACEITE DURANTE 5 MINUTOS SALPIMIENTA REPARTE EL POLLO , LA PIÑA Y SU JUGO SOBRE 4 PAPELES DE HORNO AÑADE LAS

TIRAS DE LIMON Y UNA CUCHARADA DE ZUMO Y CIERRALOS HORNEA 180ºC DURANTE 8 MINUTOS Y SIRVE ENSEGUIDA