

Receta de Medallones de Pollo Macerados

09 Jul 2015



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta rica receta de **Medallones de Pollo Macerados**, es muy fácil de preparar y queda un plato exquisito para degustar en familia, seguro que os gustará.

Ingredientes

- Pechugas de pollo (un kg aproximadamente)
- Lima o limón (uno)
- Yogur griego (uno)
- Jengibre (opcional)
- Romero
- Pimentón dulce
- Sal
- Pimientas (roja y verde o negra)
- Aceite de oliva

Modo de Preparación

1. Cortar las pechugas en tiritas o trozos no muy pequeños y ponerlas en un recipiente hondo
2. Echar el yogur griego, y el zumo de la lima o limón
3. Añadir media cucharadita de jengibre en polvo y un poquito de pimentón dulce
4. Poner un poquito de romero y una cucharadita de pimientas
5. Añadir un poco de sal y remover para mezclar todos los ingredientes y volcar encima del pollo
6. Remover bien todo y dejar en el frigo unas dos o tres horas
7. Sacar del macerado y preparar a la plancha hasta que estén doraditos y.....buen provecho!!!