

Receta de Pollo a la Jardinera

01 Sep 2015



Buenos días a tod@s, para este primer día de Septiembre os dejo esta riquísima receta de **Pollo a la Jardinera**, este guiso podéis hacerlo con la carne que más os guste, aunque para mi gusto con pollo queda exquisito, además es rápido de preparar y es una comida muy sana.

Ingredientes

- Pollo (uno entero)
- Jamón serrano en taquitos (unos 100grs)
- Cebolla (una)
- Pimiento rojo (uno)
- Champiñones (sobre 100grs o un bote laminados)
- Zanahorias (dos)
- Tomates (uno grande)
- Ajos (tres o cuatro dientes)
- Laurel (dos hojas)
- Sal y pimienta negra
- Aceite de oliva
- Vino blanco (un vasito)
- Pastilla de caldo de pollo (una)
- Condimento amarillo

Modo de Preparación

1. Partir el pollo en trozos grandes, ponerle sal y pimienta y refreír en una sartén con aceite de oliva, reservar
2. Partir la cebolla y el ajo en trocitos pequeños y el pimiento y el tomate en trozos un poco más grandes
3. Las zanahorias partirlas en rodajas y los champiñones en láminas
4. En el mismo aceite de refreír el pollo, sofreír la cebolla y los ajos picaditos, añadir el pimiento y el tomate y cuando esté medio hecho, echar el resto de verduras y el jamón
5. Rehogar bien todo, colocar el pollo antes reservado en la olla rápida y volcar encima el refrito, añadir el vino blanco y dejar que evapore
6. Poner la pastilla de caldo, el colorante y agua hasta cubrir el pollo
7. Cocer con la pesa puesta a fuego medio unos 15 minutos
8. Servir caliente y acompañado de unas patatas fritas o una ensalada y.....buen provecho!!!