

Receta de Pechugas de Pollo con Mostaza

02 Sep 2015



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo una nueva receta que nos envía **Pilar Fernández** desde Benidorm, dice que es un plato muy fácil de preparar y quedan riquísimas y muy jugosas, espero que os gusten y le agradecemos que sea tan fiel seguidora de nuestra Web y comparta sus recetas con tod@s nosotr@s.

Ingredientes

- Pechugas de pollo en filetes (según comensales)
- Mostaza
- Sal
- Harina
- Aceite de oliva

Modo de Preparación

1. Poner los filetes de pechuga, que no sean muy gruesos, en una fuente y echar sal al gusto
2. Con una espátula de cocina, untar las pechugas por ambos lados y dejar un rato macerando
3. Pasarlas por harina
4. En una sartén con muy poco aceite, hacerlas como si fueran a la plancha
5. Servir calientes y....buen provecho!!!