

Receta de Contramuslo de Pollo a la Brasa con Ensalada

19 Dic 2016



Buenos días a tod@s, para comenzar esta semana del mes de Diciembre que ya va tocando a su fin, os dejo una receta de **Pollo** que es una de las aves más apreciada por tod@s nuestr@s comensales, seguro que os gustará, es muy fácil de hacer y queda exquisita para degustar en familia.

Ingredientes

- Contramuslos de pollo deshuesados (cuatro o más, según comensales)
- Lechuga
- Tomate
- Pepino
- Aceitunas
- Aceite de oliva
- Vinagre
- Sal y Pimienta
- Zanahoria rayada
- Patatas (dos o más al gusto)

Modo de Preparación

1. Limpiar los contramuslos quitándolos la piel y ponerles un poco de sal y pimienta
2. Lavar y trocear la lechuga, el tomate, el pepino y la zanahoria rayada y reservar
3. Preparar una parrilla con carbón y si no tenéis pues lo hacéis en una sartén plancha con un chorrito de aceite
4. Asar los contramuslos hasta que estén bien doraditos y a vuestro gusto
5. Clocar en una fuente un contramuslo por persona y acompañar de ensalada aliñada con aceite sal y vinagre
6. Ponerle algunas aceitunas y un poco de zanahoria rayada
7. Si os gusta, rociarlo con unas gotitas de Zumo de limón y acompañar de unas patatas fritas y....buen provecho!!!