

Receta de Salteado de Verduras con Pollo

26 Mayo 2017



Buenos días a tod@s, hoy viernes os dejo esta riquísima receta que en casa nos gusta mucho y seguro que a vosotr@s también os encantará este **Salteado de Verduras con Pollo**, es muy fácil de preparar y seguro que lo haréis más de una vez, espero que os guste.

Ingredientes

- Pechugas de pollo (dos o tres, según comensales)
- Sal y Pimienta negra
- Aceite de oliva
- Pimiento rojo (dos medianos)
- Pimiento verde (dos medianos)
- Champiñón laminado (una bandeja)
- Espárragos verdes (un manojo)
- Calabacín (uno mediano)
- Salsa de soja (opcional)

Modo de Preparación

1. Trocear las pechugas de pollo y dejar macerando un rato con un poco de sal y pimienta negra espolvoreada
2. Lavar los pimientos rojos y verdes y partarlos en trocitos
3. Lavar y trocear los espárragos
4. Partir el calabacín en taquitos sin pelarlo
5. Lavar los champiñones y partarlos en láminas o comprarlos ya laminados
6. Poner una sartén honda al fuego con un poco de aceite de oliva y refreír un poco el pollo
7. Añadir todas las verduras y remover para que se mezclen bien
8. Dejar al fuego hasta que esté todo a vuestro gusto, no hacerlo demasiado, que quede mas bien al dente
9. En el último momento rociarlo con un chorrito de salsa de soja
10. Servir caliente y....buen provecho!!!