

## Receta de Pechugas de Pollo con Higos y Manzana

19 Nov 2019



Buenos días a tod@s, para hoy os propongo hacer esta rica receta de **Pollo con Higos y Manzana**, cocinado al horno y con un sabor especial a comida marroquí, es una forma diferente de preparar las pechugas de pollo y seguro que os gustará a tod@s.

### Ingredientes

- Pechugas de pollo (dos o mas, según comensales)
- Manzana (una, de la clase que más os guste)
- Higos secos (un puñado)
- Especias marroquíes (ras el hanout)
- Sal y Pimienta
- Aceite de oliva
- Arroz jazmín (opcional para acompañar)

### Modo de Preparación

1. Precalentar el horno a 170°
  2. Pelar la manzana y cortarla en gajos, cortar los higos secos en cuartos
  3. En una fuente apta para horno, poner la manzana y los higos y poner sal, pimienta y especias marroquíes
  4. Poner las pechugas también en la fuente y remover masajeando para que queden bien impregnadas por todos lados con las especias
  5. Regar con un chorrito de aceite de oliva y meter la fuente en el horno precalentado, dejarlo unos 25/30 minutos
  6. Cuando esté cocinado el pollo, sacar la fuente y filetear las pechugas
  7. Servir las pechugas acompañadas con la fruta y si queréis con un poco de arroz jazmín o basmati y....buen provecho!!!
-