

Receta de Magro De Pollo Con Cebolla Y Miel

22 Abr 2014



Buenos días a tod@s, comenzamos una nueva semana de este caluroso mes de Julio, espero que estéis disfrutando del verano, hoy os dejo esta sencilla y rica receta de pollo y seguro que os gustará.

Ingredientes

- Pechugas de pollo troceadas (una o dos)
- Cebolla (una o dos)
- Sal
- Aceite de oliva
- Miel (una o dos cucharadas soperas)

Modo de Preparación

1. En una sartén poner un poco de aceite a calentar
 2. Partir las cebollas en juliana o a vuestro gusto y echarlas a la sartén, dejar que se vaya pochando lentamente
 3. Cuando estén bien pochadas, añadir la miel y remover bien
 4. Poner un poco de sal a los trozos de pechuga y echar a la sartén
 5. Remover y dejar refreír hasta que veáis que el pollo está hecho y... buen provecho!!!
-