

Receta de Pechugas De Pollo Con Cebolla Caramelizadas

22 Abr 2014



Buenos días, hoy comenzamos una nueva semana y para ello os dejo una receta muy rica de pollo con cebolla caramelizada, espero que os guste.

Ingredientes

- Pechugas de pollo (cantidad según comensales)
- Cebollas (una grande o dos pequeñas)
- Vino moscatel (un vasito)
- Pimienta negra molida
- Azúcar (una cucharada sopera unos 10grs.)
- Aceite de oliva

Modo de Preparación

1. Poner en una sartén un poco de aceite de oliva y cuando esté caliente echar la cebolla partida en trocitos medianos
2. Dejarla a fuego medio hasta que esté transparente, añadir entonces el vino Moscatel y el azúcar y remover hasta que se ponga todo del color del caramelo
3. Salpimentar las pechugas de pollo y colocarlas en una fuente para horno
4. Introducir la bandeja en el horno precalentado a 200 Grados y dejar que las pechugas se doren un poco (sobre diez minutos)
5. Sacar la bandeja y dar la vuelta a las pechugas y después volcar la salsa preparada con la cebolla por encima de las pechugas
6. Volver a meter al horno y dejar hasta que se consuma un poco la salsa y veamos que las pechugas están hechas. Servir caliente y con la salsa por encima