

Receta de Ensalada de Pollo con Vinagreta Cítrica

19 Jul 2018



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo una nueva receta de **Ensalada de Pollo con Vinagreta Cítrica**, esta vinagreta es deliciosa para el aderezo de otro tipo de ensaladas e incluso para recetas de pescados o mariscos, seguro que os gustará.

Ingredientes

- Pechugas de pollo (tres o cuatro)
- Lechuga romana (una o dos)
- Manzanas cortadas en cubos (una o dos)
- Albaricoques secos (orejones)
- Cebolletas (una o dos)
- Cacahuets tostados con miel (a vuestra elección)
- **Para la vinagreta cítrica:**
- Vinagre de vino blanco (50ml)
- Aceite de oliva (180ml)
- Zumo de limón (tres cucharadas)
- Zumo de naranja (tres cucharadas)
- Miel (una cucharada opcional)
- Ajo (un diente picado)
- Sal y Pimienta negra (media cucharadita de cada)

Modo de Preparación

1. Preparar la vinagreta cítrica mezclando fuertemente todos los ingredientes hasta que estén bien integrados
2. Calentar al fuego una sartén o parrilla
3. Poner unas cucharadas del aderezo de vinagreta en un bol y untar las pechugas por todos los lados
4. Lavar la lechuga, trocearla y ponerla en una fuente con las manzanas sin pelar, los orejones y las cebolletas todo troceadito
5. Hacer las pechugas a la parrilla o plancha a fuego medio, hasta que esté hecho por todos los lados
6. Añadir el resto del aderezo a la fuente de la lechuga
7. Cortar el pollo en rebanadas y poner sobre la ensalada
8. Espolvorear con los cacahuets, servir y.....buen provecho!!!