

Será por recetas



Pechugas de pollo con miel

Tapas y Pinchos, Recetas fáciles

 4 Personas

 30 Minutos

 Fácil

 Enviada el 17/05/2012

Ingredientes

- | | | |
|-----------------------|------------------------------|------------------------------------|
| • 4 pechugas de pollo | • Sal | • Pimienta |
| • 2 huevos | • 2 o 3 cucharadas de harina | • Aceite de oliva |
| • 50 g de miel | • 1 cucharada de mostaza | • 2 cucharadas de vinagre de jerez |

Elaboración

Para elaborar nuestra receta de pechugas de pollo con miel primero cortar las pechugas en cuadraditos del tamaño de un bocado. Pasarlos a un cuenco grande y salpimentar.

Añadir el huevo batido y remover para que todos los trozos se impregnen por igual.

Espolvorear la harina por encima y volver a remover para mezclarlo todo bien. Añadir tanta harina como sea necesario para que el pollo no gotee huevo.

Calentar el aceite en una sartén y freír los cuadraditos de pollo unos 15 minutos, dándoles vueltas para que se hagan por todos los lados.

Retirar el pollo del fuego y rectificar de sal y pimienta.

Para finalizar nuestra receta de pechugas de pollo con miel batir la miel y la mostaza con el vinagre de jerez y servir el pollo con la salsa y habremos terminado nuestra receta de tapa y pincho.



Autor receta de Pechugas de pollo con miel

RaspBerry

 52 Recetas publicadas

 Valoración 4/5

 Miembro desde 03/04/2012