

PLATO DE FONDO

PECHUGA DE POLLO AL VINO BLANCO



Ingredientes:

- 1 cucharadita de mostaza
- 1 cucharadita de azúcar morena
- 1/2 cucharadita de ajo en polvo
- 1/2 cucharadita de cebolla en polvo
- 1 cucharadita de pimienta limón
- 1 cucharada de jugo de limón
- 1 cucharada de aceite de oliva
- Pechuga de pollo
- 1 cebollín picado
- 1/2 taza de vino blanco

Preparación

- Poner en un pocillo 1 cucharadita de mostaza + 1 cucharadita de azúcar morena + 1/2 cucharadita de ajo en polvo + 1/2 cucharadita de cebolla en polvo + 1 cucharadita de pimienta limón + 1 cucharada de jugo de limón + 1 cucharada de aceite de oliva, mezclar muy bien y cubrir una pechuga de pollo por todos lados.
- En un sartén poner aceite de oliva y cuando esté muy caliente poner el pollo + 1 cebollín picado, completo con lo verde incluido.
- Cuando estén dorado por ambos lados agregar 1/2 taza de vino blanco y pasar el pollo por la base del sartén, para desprender todos los sabores.
- Tapar y cocinar por unos minutos más. Agregar un poco de agua si sientes que se seca. Cocinar hasta que esté bien hecho.



- Retirar del sartén y dejar reposar en la tabla por lo menos 5 o 6 minutos antes de cortar para que quede más jugoso.
- ¡¡Bañar con los jugos del sartén cuando la sirvas!!
- ¡¡Escríbeme en los comentarios si quieres que suba la receta de ese arroz caldoso maravilloso con que serví el pollo!!

