



Pollo con higos

Descripción

[vc_row][vc_column width=»1/3?][vc_column_text]Estoy de vuelta de vacaciones... ¡con esta receta de pollo con higos! Hemos pasado unos días en una casa en el medio de campos de ahigeras y almendros. Y traje deliciosos recuerdos a casa. Nada mejor que unos higos directos del árbol y llenos de sol. **Esta receta es para los adeptos de la mezcla de dulce y salado.** Te recomiendo servirlo con patatas o arroz.[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width=»2/3?][vc_single_image image=»3409? img_size=»full»

onclick=»zoom»][/vc_column]/[vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Receta del pollo con higos

[vc_column_text]/[vc_column]/[vc_row][vc_row equal_height=»yes» content_placement=»top» css=».vc_custom_1578327110108{background-color: #f0f0f0 !important;}»][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]4 pers[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]Preparación 10 min[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]Cocción 40 min[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]Nivel fácil[/vc_column_text]/[vc_column]/[vc_row][vc_row][vc_column width=»1/3?][vc_column_text css=».vc_custom_1598215199900{background-color: #f0f0f0 !important;}»]

Ingredientes

- 4 patamuslos de pollo
- una decena de higos frescos
- 1 cebolla
- jengibre molido
- miel
- sal, pimienta

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width=»2/3?][vc_column_text]

Paso a paso

1. Empezar con la preparación de la cebolla y de los higos. Cortar la cebolla en tiras y los higos en cuartos.
2. En una olla, calentar un poco de aceite y dorar el pollo sobre toda su superficie a fuego medio-alto durante 8-10 min.
3. Una vez el pollo dorado, añadir la cebolla y bajar el fuego.
4. Agregar luego una cuchara sopera de miel, una cuchara de café de jengibre y un vasito de agua. Salpimentar.
5. Cubrir y dejar cocinar a fuego bajo durante 10 munitos. Añadir los higos y cocinar 15 minutos más.
6. Ajustar la sazón antes de servir, y presentar en platos con patatas salteadas o arroz.

[/vc_column_text][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Trucos para el pollo con higos

- Prefiero separar las patas del muslo del pollo, eso permite que se cocine de forma más uniforme.
- Si quieres reforzar lo dulce de la receta, le puedes añadir una cuchara sopera de pasas de uva.

[/vc_column_text][/vc_column][vc_row][vc_row content_placement=»middle»][vc_column width=»1/6?][/vc_column][vc_column width=»2/3?][vc_message message_box_color=»mulled_wine» icon_fontawesome=»fa fa-camera» css=».vc_custom_1578334845364{background-color: #f0f0f0 !important;}»]

Si cocinas recetas del blog, no dudes en sacar fotos al resultado y publicarlas en redes sociales con la mención **@vidaypimienta** o el hashtag **#vidaypimienta**

¡Muchas gracias por tu colaboración y que cocines rico!

[/vc_message][/vc_column][vc_column width=»1/6?][/vc_column][vc_row][vc_row content_placement=»middle»][vc_column][vc_separator color=»mulled_wine» border_width=»3? el_width=»50?][/vc_column][vc_column][vc_masonry_grid post_type=»post» max_items=»-1? style=»lazy» items_per_page=»4? show_filter=»yes» element_width=»3? gap=»10? orderby=»rand» item=»basicGrid_NoAnimation» initial_loading_animation=»none» grid_id=»vc_gid:1598217235940-40ae4ac10885dda586b3ee894d29da50-4? taxonomies=»98, 184? filter_source=»category»][/vc_column][/vc_row]

CATEGORY

1. Principal
2. Rincón salado

POST TAG

1. frutas
2. sin lactosa

Categoría

1. Principal
2. Rincón salado

Etiquetas

1. frutas
2. sin lactosa

Fecha de creación

24/08/2020

Autor

admin

default watermark