



PECHUGAS DE POLLO CON RICOTTA Y ESPINACAS

Instrucciones:

1. Calentar el horno a 190 C (375 F). Cortar cada pechuga por la mitad de forma horizontal, hasta obtener dos filetes finos de cada pechuga.
2. En un recipiente para hornear grande, agregar 1 taza de salsa de tomate en la base del recipiente, luego colocar el pollo sobre la salsa y sazonar por encima con 1 cucharadita de sal y pimienta.
3. En un recipiente aparte, agregar el queso ricotta, las espinacas, el ajo picado, huevo y la cucharadita de sal restante, pimienta y los condimentos italianos, mezclar todo bien.
4. Agregar la mezcla de queso ricotta sobre el pollo, distribuirlo para que cada pechuga quede bien cubierta de la mezcla y luego verter la salsa de tomate restante por encima. Añadir el queso mozzarella y el parmesano.
5. Hornear sin tapar durante 30-40 minutos, o hasta que el pollo esté bien cocido. Luego estará listo para disfrutar y ser muy feliz.



10
MINUTOS



30
MINUTOS



DE 6 A 8
PANQUEQUES

Ingredientes:

- 2 libras de pechugas de pollo, sin hueso y sin piel
- 2 cucharaditas de sal, divididas
- Pimienta, al gusto
- 450 gr. (16 onz.) de queso ricotta, ver notas
- 226 gr. (8 onz.) de espinacas, ver notas
- 2 dientes de ajo, picados
- 1 huevo
- 1 cucharadita de hierbas italianas
- 2 tazas de salsa de tomate
- 1 taza de queso mozzarella, rallado
- ¼ taza de queso parmesano