



POLLO CREMOSO AL LIMÓN

Instrucciones:

1. Calentar el horno a 220 C (450 F) y engrasar ligeramente una fuente para hornear mediana.
2. En un recipiente pequeño, mezclar el perejil, la sal, el ajo en polvo, el pimentón, la pimienta y la cebolla en polvo.
3. Colocar las pechugas de pollo sobre una tabla de cortar y cubrirlas con papel film. Usa un rodillo o una sartén pequeña para aplanar el extremo más grueso del pollo hasta que tenga un grosor uniforme.
4. Colocar el pollo en la fuente preparada, untarlo con aceite y espolvorear a ambos lados con la mezcla de condimentos. Añadir rodajas de limón sobre el pollo y hornear durante 15 minutos.
5. En un recipiente aparte, agregar la crema, el queso parmesano, el ajo y la maicena, mezclar bien. Retirar la fuente del horno y añadir la salsa (yo la vierto alrededor de los bordes para que el pollo continúe dorándose).
6. Hornear durante 10 minutos más (el tiempo total dependerá del tamaño de las pechugas de pollo), luego sacar, disfrutar y ser muy feliz.



5 MINUTOS



25 MINUTOS



4 A 6 PORCIONES

Ingredientes:

- 1 cucharadita de perejil seco
- $\frac{3}{4}$ cucharadita de sal
- $\frac{3}{4}$ cucharadita de ajo en polvo
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de pimentón
- $\frac{1}{4}$ cucharadita de pimienta negra
- $\frac{1}{4}$ cucharadita de cebolla en polvo
- 4 pechugas de pollo deshuesadas y sin piel (aproximadamente 900 g)
- 1 cucharada de aceite
- 1 limón, en rodajas finas

Salsa cremosa:

- $\frac{1}{2}$ taza de crema de leche
- 1 cucharada de queso parmesano rallado
- 2 dientes de ajo (finamente picados)
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de maicena