

Creador: Monónimo



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Saludable

Coste: Económico

El truco de esta receta:

Para quien le guste el sabor del limón!

Descripción:

Adaptando una receta de Martha Stewart a través de Ana, hoy he preparado este facilísimo y baratísimo pollo con limón que tanto nos gusta. Tengo un limonero que está a tope de limones con muchísimo sabor y olor así que, antes de empezar a hacer la receta, he salido a buscar los limones necesarios: mas frescos... imposible!! Uno de ellos, se ha traído una hoja puesta y también se la he puesto a la salsa. Bueno, vamos con la receta.

Ingredientes para 4 personas :

- 4 pechugas pollo de cortadas finas
- 2 limones de el zumo de
- 1 limón de a rodajitas finisimas
- 1/2 vasito de vino blanco
- 1 cucharada de copos de pure de patatas
- 2 cucharadas de alcaparras

Preparación:

Paso 1

Pasar el pollo por una sartén con el fondo untado de aceite. Retirar el pollo y echar el vino, dejándolo reducir unos minutos. A continuación, el zumo de los 4 limones, cuidando de que no caigan ni huesos ni pulpa. En cuanto se caliente, retirar un momento del fuego y echar los copos de puré. Darle unas vueltas hasta que sea homogéneo y volver al fuego. Echar las alcaparras y dejar que den un hervor. Tiene que quedar una salsa un poco espesa. Colocar otra vez el pollo y calentar todo junto unos segundos. Servir adornado con las rodajitas de limón por encima