



POLLO CON GUI SANTES

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 600 g de pollo
- 150 g de guisantes congelados
- 150 g de cebolla
- 50 g de jamón serrano
- 40 g de aceite de oliva
- 2 dientes de ajo
- 5 g de perejil
- 75 ml de brandy
- sal

LA PREPARACIÓN

- Trocear y sazonar con ajo, el pollo troceado. Salar y freír hasta que quede bien dorado.
- Pasar los trozos de pollo a una cazuela, rociar con el aceite de la fritura, añadir la cebolla picada, el jamón cortado en tiras, el brandy y los guisantes. Añadir finalmente un poco de ajo y perejil muy picados.
- Salar al gusto y cocinar hasta que el pollo quede tierno (si es necesario añadir un poco de agua para evitar que se seque)



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 6.2 g	Grasas 21.4 g
Kcal 411	Proteínas 36.3 g