



Pechuga rellena de vegetales con salsa de pimientos

Categoría: Plato Fuerte, Pollo, Vegetales

Esta ligera receta le encantará a toda la familia, su sabor los dejará impresionados.



Preparación
40 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas



Ingredientes

- 4 pieza de Pechuga de pollo
- Sal y pimienta al gusto
- 1/2 taza de Espinaca cocida
- 1 lata de Ensalada campesina La Costeña®
- 15 piezas de Palillos
- 2 cdas de Aceite
- 2 tazas de Yogurt natural sin azúcar
- 4 cdas de Pimiento Morrón en Tiras La Costeña®
- 1 cda de Jugo de limón
- 1 cda de Cilantro picado



Preparación

1. Abrir las pechugas de pollo por la mitad horizontalmente, sazonar por dentro y por fuera con sal y pimienta al gusto.
2. Rellenar con espinacas y ensalada campesina (drenada), cerrar con ayuda de los palillos.
3. Calentar el aceite y freír las pechugas por ambos lados hasta obtener un color dorado. Retirar los palillos y cortar en diagonal por la mitad.
4. Licuar el yogurt con el pimiento morrón, el jugo de limón y el cilantro, sazonar con sal y pimienta al gusto. Llevar a ebullición, retirar del fuego y reservar.
5. Servir la pechuga bañada con la salsa.