

CHULETAS DE CERDO AGRIDULCES



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
30 minutos

Información Nutricional

| | |
|------------------|----------|
| Energía: | 375 Kcal |
| Proteínas: | 25.5 g |
| Grasa Total: | 25.9 g |
| Colesterol: | 93 mg |
| H. de Carbono: | 8.5 g |
| Fibra Dietética: | 0,1 g |
| Sodio: | 480 mg |

Ingredientes

- 5 Chuletas de cerdo
- 1 Cucharada de aceite
- 1 Tableta de caldo cebolla ajo MAGGI®
- ½ Taza de agua caliente
- ½ Taza de jugo de naranja
- ¼ Cucharadita de paprika
- 2 Pizcas de pimienta
- 3 Cucharadas de vinagre blanco
- 1 Cucharada de miel

Preparación

1.- Calienta el aceite preferentemente de oliva en una sartén a fuego fuerte. Acomoda las chuletas de cerdo una al lado de la otra y dóralas por ambos lados.

2.- Mientras, junta en un recipiente el caldo de cebolla ajo MAGGI® con el agua caliente, añade el jugo de naranja y también la paprika con la pimienta, el vinagre blanco y la miel. Revuelve hasta homogenizar todos los ingredientes.

3.- Vierte esta preparación sobre la sartén y cocina a fuego medio hasta que los jugos espesen y se homogenicen bien los sabores, mientras volteas de vez en cuando las chuletas para que se impregnen bien de la salsa y se terminen de cocer.

Nota

Sirve esta preparación con una porción de arroz integral, o puré de papas MAGGI® como más te guste. Además siempre recuerda acompañar tus preparaciones con una porción de ensaladas.