

POLLO AL COÑAC



Ingredientes

- 5 Presas de pollo 150 g con hueso
- 1 Cucharada de aceite
- 1 Diente de ajo cortada finamente
- 1 Cebolla grande cortada en pluma fina
- ½ Pimentón rojo cortado en tiritas
- ½ Zanahoria mediana cortada en medias lunas
- ½ Taza de coñac (100 ml)
- ¼ Taza de vino blanco (50 ml)
- 1 Tableta de caldo MAGGI® sabor ajo cebolla
- ¼ Cucharadita de pimienta
- Hojas de cilantro para decorar

Preparación

1.- Calienta una olla mediana a fuego medio-fuerte y agrega el aceite, acomoda los trozos de pollo por la parte del cuero en la base de la olla (una vez que los dejes en la olla no los muevas) espera a que se doren durante más o menos 6 a 8 minutos idealmente que se desprendan casi solos.

2.- Agrega de una vez todos los vegetales como ajo, cebolla, zanahoria, y el pimentón. Remueve y vierte el coñac con el vino blanco de una vez. Condimenta con el caldo MAGGI® ajo y cebolla mas la pimienta. Tapa y cocina a fuego medio durante 25 a 30 min aproximado hasta cocer el pollo y concentrar su sabor. Rectifica condimentación y una vez listo retira del fuego.

3.- Tienes dos opciones con el caldo de la preparación, por una parte lo puedes mantener tal como está, o bien puedes moler con la ayuda de una mini pimer el caldo con los vegetales, así otorgas mayor textura. Para ello recuerda antes retirar las presas de pollo de la olla y luego muelas todo. Sirve acompañado de una porción de arroz blanco y una fresca ensalada que mas te guste.



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
40 minutos

Información Nutricional

Energía:	252 Kcal
Proteínas:	32.4 g
Grasa Total:	4.1 g
Colesterol:	96 mg
H. de Carbono:	4.5 g
Fibra Dietética:	0,9 g
Sodio:	597 mg