



ARROZ CON POLLO A LA MAGGI®

Ingredientes

- 2 Cucharadas de aceite de oliva
- 1 Diente de ajo picado fino
- 1 Puerro pequeño o un cebollín rebanado
- 1 Filete de pechuga de pollo cortado en cuadritos (1 suprema)
- 2 Tazas de arroz
- 3 Tazas de agua hirviendo
- 1 Tableta de caldo de gallina MAGGI® EQUILIVE®
- 1 Cucharada de perejil picado fino
- Pimienta a gusto

Preparación

1.- En una cacerola a fuego medio calienta el aceite de oliva indicado y saltea el puerro con el ajo y el pollo durante 5 min. hasta dorar el pollo por todos su lados.

2.- Luego, añade el arroz y sofríe unos minutos hasta que el arroz tome temperatura. Vierte de una vez el agua caliente y condimenta con la tableta de caldo de gallina MAGGI® EQUILIVE® previamente desmenuzada y un toque de pimienta. Revuelve y deja cocinar tapado, a fuego suave sobre un tostador durante 20 minutos aprox. Retira del fuego y una vez listo, decora con perejil picado finamente. Sirve de inmediato.



Dificultad:
Baja



Porciones:
6



Tiempo:
35 minutos

Información Nutricional

Energía:	295 Kcal
Proteínas:	17.0 g
Grasa Total:	6.8 g
Colesterol:	22.0 mg
H. de Carbono:	48.3 g
Fibra Dietética:	0.70 g
Sodio:	197 mg

Sugerencia

Acompaña esta fácil preparación con una ensalada de tomates tradicional o la chilena.