



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
40 minutos

Información Nutricional

Energía:	63 Kcal
Proteínas:	10.8 g
Grasa Total:	1.5 g
Colesterol:	32,2 mg
H. de Carbono:	0.7 g
Fibra Dietética:	0 g
Sodio:	512 mg

POLLO AL ESTILO TANDORI

Ingredientes

- 5 Tutos de pollo u otras presas
- 1 Diente de ajo cortado finamente
- 1 Cucharadita rasa de paprika
- 1 Cucharadita rasa de merkén
- ¼ Cucharadita rasa de comino
- ¼ Cucharadita rasa de comino en grano
- ¼ Cucharadita de nuez moscada
- ¼ Cucharadita de canela molida
- 1 Pizca de clavo de olor molido
- ¼ Cucharadita rasa de cardamomo molido
- 1 Cucharadita de ralladura de un limón
- ¼ Cucharadita de jengibre en polvo
- ½ Cucharadita de jengibre fresco rallado finamente
- 1 Tableta de caldo pollo de campo MAGGI®
- ¼ Cucharadita de pimienta negra

Preparación

1.- Deja las presas de pollo en un budinera y añade todos los ingredientes de una vez como el ajo, paprika, merkén, comino, nuez moscada, canela, clavo de olor, cardamomo, ralladura de limón, jengibre, pimienta y el caldo pollo de campo MAGGI®.

2.- Remueve hasta integrar bien todos los ingredientes en el pollo y de manera que quede bien impregnado. Lleva a horno pre-calentado a temperatura alta de 180°C y horna durante 35 minutos aproximados hasta cocerlo completamente.

3.- Una vez listo, retira del horno e idealmente acompaña con rodajas de limón para luego bañar el pollo con jugo de limón. Sirve acompañado de arroz blanco o ensaladas como más te guste.