



Pollo al limón



Tiempo de preparación: 25 minutos



Raciones: 4

INGREDIENTES

- 2 bandejas de heura
- 3/4 de vaso grande de caldo de verduras
- 1/2 vaso de vino blanco dulce
- Zumo de medio limón
- 1 cebolla
- 2 puñados de champiñones
- Maicena
- Miel o eritritol (o ambas)
- Pimienta negra

PREPARACIÓN

1. Reboza el heura en maicena. Saltea en una sartén a fuego medio-alto para dorarlos bien. Reserva
2. Corta y sofríe la cebolla hasta que dore.
3. Añade los champiñones y cocina hasta que dejen de soltar agua.
4. Añade el vino blanco.
5. Añade el caldo de verduras, el zumo de limón y el endulzante.
6. Añade el heura y deja que la salsa espese.

Truco: añade una cucharadita de miel y una cucharada de eritritol para que la miel no se coma todo el sabor de la receta.



609 567 839



Claricetas.es



claricetas