



# RECETAS SALUDABLES

## Brochetas de pollo



### INGREDIENTES (2 PERSONAS)

- 200g. de pechuga pollo
- 3 champiñones enteros
- 3 tomate cherry
- 4 cuadrados de cebolla
- 2 cuadrados pimiento verde y otros 2 de pimiento rojo y amarillo
- Aceite oliva
- Sal
- 2 brochetas para pinchito

### ELABORACIÓN

1. Cortar el pollo en dados.
2. Lavar las verduras y cortar en cuadrados o dados del mismo ancho que el pollo.
3. Poner en la brocheta un champiñón, un cuadrado de cebolla, un cuadrado de pimiento verde, un cuadrado de pimiento rojo, un cuadrado de pimiento amarillo, 1/2 tomate cherry y un dado de pollo. Repetir hasta completar las brochetas.
4. Salpimentar y meter en el horno precalentado a 190 grados con un chorrito de aceite entre 10-15min, dar la vuelta a las brochetas y volver a hornear otros 10-15min. (También podemos hacerlas en plancha, parrilla, o sartén)
5. Servir acompañadas de una ensalada fresquita.

**PRECIO**  
(APROXIMADO PERSONA)

**1,44 €**