



RECETAS SALUDABLES

Champiñones rellenos de pollo con arroz



INGREDIENTES (2 PERSONAS)

- 4 champiñones grandes
- 1 pechuga de pollo
- 1 Tomate pequeño
- 1/2 cebolla
- 1 diente de ajo
- Queso rallado
- Aceite de oliva
- Sal
- Pimienta

ELABORACIÓN

1. Cocer la pechuga de pollo unos 25 minutos para luego deshacerla.
2. Pelar los champiñones y retirar el tallo.
3. Picar la cebolla, el ajo, los tallos de los champiñones y el tomate.
4. Freir en una sartén, los ajos. Añadir la cebolla y cocinar unos minutos.
5. Agregar el tomate y los tallos de los champiñones, salpimentar y dejar cocinar unos 5-7 minutos.
6. Agregar el pollo en hebras y cocinar otros 5 minutos, corregir de sal si fuera necesario.
7. Rellenar los champiñones con esta mezcla, poner queso rallado encima y hornear a 180°C durante 20 min.

PRECIO
(APROXIMADO PERSONA)

0,85 €