

BROCHETAS DE POLLO

INGREDIENTES

1Kg de Pollo (Pechuga o filetes) cortada en trozos

½ kg Tomates cherry

1 Cebolla morada grande cortada en trozos

1 Pimiento rojo cortado en trozos

1 Pimiento verde cortado en trozos

½ Taza de zumo de naranja

Aceite de oliva extra virgen

Sal y pimienta

1 Cda de mostaza

1 Cda de salsa inglesa

Tomillo y romero

PREPARACIÓN

En un recipiente colocamos el pollo, la cebolla, pimiento verde y rojo, lo bañamos con el jugo de naranja y un chorro de aceite y mezclamos.

Aderezamos con sal, pimienta, la mostaza, salsa inglesa, tomillo y romero.

Revolvemos bien hasta que se incorporen todos los ingredientes y marinamos por 10-15 min.

Para hacer las brochetas, colocamos alternando con el pollo, cebolla, pimientos, y tomate en palitos de madera o metal.

Calentamos la parrilla eléctrica, a la brasa o carbón a temperatura alta.

Cocinamos sobre la parrilla encendida de 8 a 10 min bañando con la marinada y dándole vuelta y vuelta hasta que la brocheta esté dorada y a punto.

SUGERENCIAS

Puede alternar con carne de cerdo y ternera al gusto, y colocar las verduras de su preferencia.