

Pechuga de pollo con ensalada Ibérica

VITACRESS™

Lo mejor en brotes tiernos™

4 personas
Fácil
Coste económico
Tiempo de preparación 1 hora

Ingredientes:

- 1 bolsa de ensalada Ibérica VITACRESS
- 4 pechugas de pollo
- 50 g de almendras laminadas y tostadas
- 2 limas
- 1 cebolla
- 12 hojas de hierbabuena VITACRESS
- 1 cucharada (sopera) de salsa de soja
- 6 cucharadas (soperas) de aceite de oliva
- 1 pizca de azúcar
- Sal



Preparación:

Cueza las pechugas de pollo en agua sazonada hirviendo durante 10 minutos, y, deje que se enfríen. En un recipiente, mezcle el aceite de oliva, el zumo de las limas, el azúcar y la salsa de soja y sazone con sal y pimienta, removiendo bien. Escorra las pechugas de pollo y córtelas en rodajas gruesas, añadiéndolas al preparado anterior. Agregue la cebolla picada y las hojas de hierbabuena y deje marinar durante 30 minutos a temperatura ambiente. Ponga la ensalada en el plato, añada el pollo, aliñe todo con la salsa marinada y esparza las almendras. Sirva decorado a su gusto.