



Pechuguitas deshuesadas con calabacitas al vapor Apto para celíacos

Ingredientes:

Pechugas

2 u (200 gr.)

Calabaza

½ u.

Aceite

a gusto

Perejil

a gusto

Sal y Pimienta

a gusto

Procedimiento:

Verter agua en la base de la vaporera hasta completar 1/2 cm. de altura. Colocar la rejilla.
Colocar las pechugas deshuesadas sobre la rejilla y condimentarlas con sal y pimienta de ambos lados.
Cortar cubos de calabaza de 2 centímetros y agregarlos en la rejilla.
Cocinar a potencia máxima por 6 minutos y dejar reposar 3 minutos. Retirar. Rociar la calabaza con aceite y espolvorear con perejil picado.

Utilizar ingredientes sin TACC permitidos

Phoca PDF





Phoca PDF