



# Muslos de pollo asados a la barbacoa con verduras y patatas al horno

Familia <650 calorías • Cocíneme primero

Cocinando: 10 min • Listo en: 35 min

7



Muslos de pollo deshuesados



Patata



Pimiento



Calabacín



Sazonador barbacoa



Salsa barbacoa



Queso crema

## Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.  
Lava tus frutas y verduras.

## Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, bol grande, bol pequeño, varillas.

## Ingredientes

	2P	4P
Muslos de pollo deshuesados*	280 gramos	560 gramos
Patata	400 gramos	800 gramos
Pimiento	1 unidad	2 unidades
Calabacín	1 unidad	2 unidades
Sazonador barbacoa <b>8)</b>	1 sobre	2 sobres
Salsa barbacoa <b>9) 14)</b>	1 sobre	2 sobres
Queso crema* <b>7)</b>	2 paquetes	4 paquetes

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	595 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2251/ 538	378/ 90
Grasas (g)	10,6	1,8
de las cuales saturadas (g)	5,0	0,8
Carbohidratos (g)	46,9	7,9
de los cuales azúcares (g)	12,7	2,1
Proteínas (g)	32,6	5,5
Sal (g)	1,1	0,2

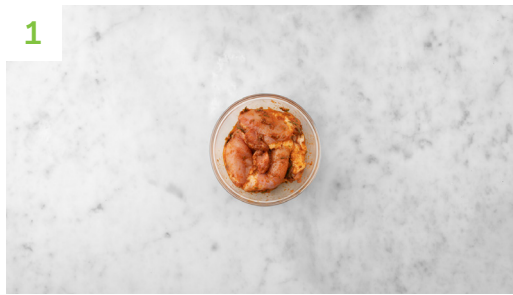
## Alérgenos

**7)** Leche **8)** Huevo **9)** Mostaza **14)** Sulfitos.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

## ¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?  
Entra en [hellofresh.es](https://hellofresh.es) o nuestra app para evaluar la receta.



## Marina el pollo

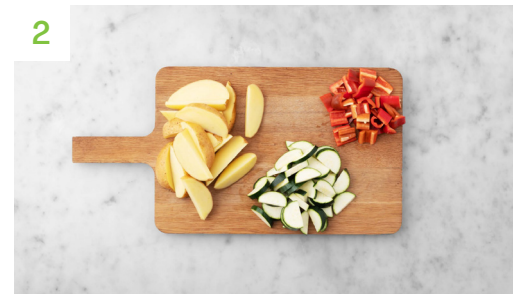
Precalienta el horno a 220°C. En un bol grande, agrega los **muslos de pollo**, la mitad del **sazonador barbacoa**, un chorrito de **aceite**, **sal** y **pimienta**. Con la ayuda de tus manos, extiende el condimento por el **pollo**.

**RECUERDA:** Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



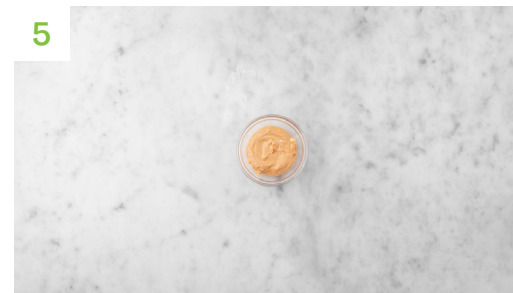
## Cocina el pollo

Cuando queden 20 min para que las **verduras** estén listas, agrega el **pollo** a la misma bandeja de horno y cocina los 20 min restantes, hasta que esté dorado y bien cocinado por dentro. Da la vuelta a mitad de cocción.



## Prepara las verduras

Corta las **patatas** por la mitad a lo largo, luego, apoya la **patata** por la parte plana y corta en gajos de 1-2 cm de grosor. Corta el **pimiento** por la mitad y quítale las semillas. Córdalo en cuadrados de 2 cm. Retira los extremos del **calabacín** y córtalo por la mitad a lo largo. Luego, corta cada mitad en medias lunas de 0,5-1 cm.



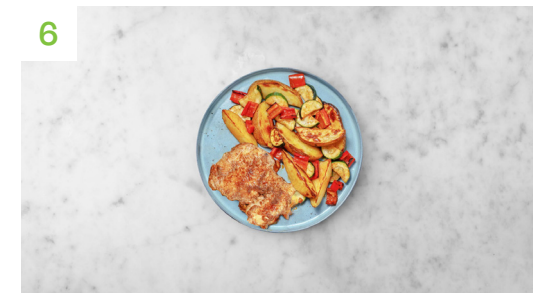
## Prepara la salsa

En un bol pequeño, agrega la **salsa barbacoa** y el **queso crema**. **Salpimienta**, agrega un chorrito de **aceite** y remueve bien con ayuda de unas varillas, de forma que quede una **salsa** lisa.



## Cocina las verduras

Coloca el **calabacín**, el **pimiento** y las **patatas** en una bandeja de horno con papel de horno y agrega el **sazonador barbacoa** restante, un chorrito de **aceite**, **sal** y **pimienta**. Mezcla para que quede bien aderezado y hornea durante 25 min o hasta que esté dorado. Da la vuelta a mitad de cocción.



## Emplata y disfruta

Divide el **pollo** a la **barbacoa**, las **verduras** y las **patatas asadas** entre los platos. Sirve la **crema de salsa barbacoa** como acompañamiento.

¡Que aproveche!