



Pollo asado con patatas y queso griego

con verduras horneadas en su jugo y pimentón

Familia <650 calorías • Cocíneme primero
Cocinando: 15 min • Listo en: 45 min

2



Queso griego



Muslos de pollo deshuesados



Pimentón



Pimiento



Cebolla



Patata



Tomillo seco

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo.

Antes de empezar

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

Utensilios necesarios:

Fuente grande para el horno.

Ingredientes

	2P	4P
Queso griego* 7)	100 gramos	200 gramos
Muslos de pollo deshuesados*	280 gramos	560 gramos
Pimentón	1 sobre	2 sobres
Pimiento	1 unidad	2 unidades
Cebolla	½ unidad	1 unidad
Patata	400 gramos	800 gramos
Tomillo seco	1 sobre	2 sobres
Ajo	1 unidad	2 unidades

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	548 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2356/ 563	430/ 103
Grasas (g)	16,5	3,0
de las cuales saturadas (g)	9,4	1,7
Carbohidratos (g)	45,7	8,3
de los cuales azúcares (g)	8,9	1,6
Proteínas (g)	37,3	6,8
Sal (g)	2,4	0,4

Alérgenos

7) Leche.

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

¡Ponle nota!

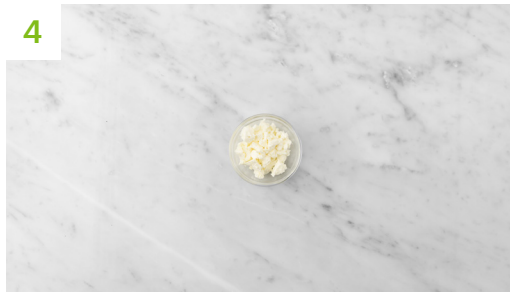
¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.



Prepara los vegetales

Precalienta el horno a 220°C. 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. Pela la **cebolla**, divídela en dos y corta una mitad (doble para 4p) en tiras de 2 cm. Corta el **pimiento** por la mitad, quita las semillas y corta en tiras de 1 cm. **Salpimienta** los **muslos de pollo**.

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



Prepara el queso

Mientras tanto, desmenuza con las manos el **queso griego** en trozos de 0.5-1 cm.



Agrega las verduras

Coloca la **patata** en gajos, la **cebolla**, el **pimiento** y el **ajo** sin pelar (ver cantidad en ingredientes) en una fuente grande para horno. Agrega el **tomillo**, el **pimentón**, un chorrito de **aceite** y **salpimienta**. Remueve bien para que el aderezo se reparta bien.



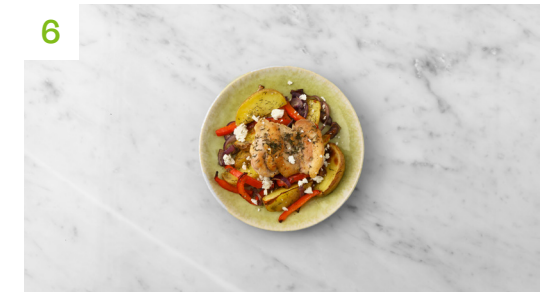
Mezcla el ajo

Cuando el **pollo** y los **vegetales** estén listos, retira la piel del **ajo** y deséchala. Aplasta el **ajo** asado y mézclalo con los jugos que queden en la fuente.



Coloca el pollo

Coloca los **muslos de pollo** sobre los **vegetales** y agrega un chorrito de **aceite** encima. Mete la fuente en el horno y cocina 25-30 min, hasta que el **pollo** esté dorado y las **patatas** tiernas.



Emplata y disfruta

Sirve el **pollo asado** con **patatas** y **verduras** en platos y agrega encima los jugos que hayan quedado en la fuente para horno. Espolvorea el **queso griego** al gusto sobre el plato.

¡Que aproveche!