

Alitas de pollo especiales



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 10min , Tiempo de cocción: 35min

Tiempo total: 45min , Número de porciones: 4

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/alitas-de-pollo-especiales>

Preparación

Dividir las alitas en las tres secciones que tienen. Las dos secciones más gruesas que contienen la carne son las que se utilizarán para la receta. La punta del ala se utilizará para enriquecer un caldo de pollo que haga con unas carcasas y algunas verduras. Preparar una mezcla mezclando en un bol la soja, la miel y el jugo de los limones y espolvorear con una cucharadita de orégano seco. Remover bien hasta que la mezcla esté homogénea. Precalear el horno a 200°C. Sobre una fuente, barnizar las alitas sin escatimar cantidad con la mezcla de soja y llevarlas al horno. Dar la vuelta a las alitas cada 5 minutos, barnizando de nuevo cada vez que las voltee y hornearlas hasta que estén bien doradas y con la piel muy crujiente. El proceso tardará aproximadamente 35 minutos. En ese tiempo preparar un arroz blanco y, si desea, una ensalada de hojas verdes y servir todo junto. Disfrute! Fuente: DirectoAlPaladar.com

Ingredientes

- 500 gramo/s Alas de pollo
- 50 gramo/s Miel
- 50 cc. Salsa de soja
- Jugo de 2 limones
- 1 poco Orégano
- 1 poco Arroz blanco hervido

Categorías

Un día normal, Todo el año, Económico, Aves y conejos, Comida para todos los días, Rápida, Para/con niños, Familia, Una cocinera experta, Agridulce

