



Nivel de dificultad: Media

Nivel Calórico: Nivel calórico medio

Precio Aproximado: 5 - 10 €

Ingredientes

12
muslos de pollo
2 g
pimienta negra (1/4 cucharadita)
2 g
sal (1/4 cucharadita)
60 g
aceite de oliva (4 cucharadas)
2 g
romero (1/4 cucharadita)
2 g
tomillo (1/4 cucharadita)
2 g
perejil (1/4 cucharadita)
4
dientes de ajo
1
Cebolla
1
pimiento verde
1
pimiento rojo
150 g
champiñones
300 g
tomate frito

Instrucciones

1. Lava y limpia los muslos de pollo si es necesario.
2. Salpimenta los muslos de pollo.
3. Pon a calentar 4 cucharadas de aceite de oliva en una sartén grande. Cuando esté caliente, echa los muslos de pollo y espolvorea con perejil, tomillo y romero. Dora los muslos a fuego medio (4 - 5 minutos cada lado).
4. Retira los muslos de pollo y resérvalos en una cazuela aparte. Guarda la sartén con el aceite sobrante para el paso 7.
5. Pela, lava y corta en rodajas los champiñones.
6. Pela los dientes de ajo y la cebolla. Lava los pimientos y pícalos junto con el ajo y la cebolla.
7. Echa el ajo picado en la sartén y dora a fuego lento durante 3 - 4 minutos.
8. Añade la cebolla y los pimientos y saltea durante 10 - 12 minutos a fuego medio.
9. Añade los champiñones y saltea durante 5 - 7 minutos más.
10. Echa el tomate frito y sofríe durante 2 minutos removiendo constantemente.
11. Echa el sofrito en la cazuela con los muslos de pollo. Calienta y cocina con la cazuela tapada a fuego medio durante 20 - 25 minutos o hasta que se queden tiernos. Agita de vez en cuando la cazuela para que no se pegue.
12. Sirve y disfruta de tu receta de pollo en salsa guisado. Ver más [recetas de pollo caseras](#) [1].

URL de origen: <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/pollo-en-salsa-guisado>

Enlaces

[1] <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/pollo>