

Cómo hacer pollo relleno en el microondas rápido y fácil: receta paso a paso

30/12/2023



Esta es la **receta para hacer pollo relleno en el microondas** rápido, fácil y con **pocos ingredientes**. Podés preparar el relleno con las **verduras y frutas** que más te gusten, también le podés agregar jamón e incluso frutos secos.

Qué **ingredientes** necesito para hacer **pollo relleno en el microondas**

- 2 pechugas de pollo
- 1 morrón
- 1 cebolla
- Aceite de oliva
- Mostaza
- Queso (el que más te guste)

- Sal y pimienta
- Papel film

Cómo hacer pollo relleno en el microondas: receta paso a paso

- Abrir la pechugas hasta obtener un bife delgado
- Precocinar por unos minutos la cebolla y el morrón en agua caliente.
- Cortar en trozos las verduras y el queso y salpimentar.
- Poner los bifes de pollo sobre papel film y cubrir de mostaza el bife de pollo.
- Colocar de forma horizontal el relleno, arriba del bife de pollo para luego enrollarlo con el papel film como si fuera un caramelo.
- Cocinar en el microondas durante 3 minutos aproximadamente a 800 W de potencia.

Recomendaciones para hacer pollo relleno al microondas

- Podés modificar el relleno y agregar las verduras o frutas que más te gusten, también podés agregarle jamón, quesos, o incluso frutos secos para darle un toque especial.
- El pollo relleno es ideal para acompañarlo con dips que realcen el sabor y acompañen su sabor único, podés hacerlo con salsa barbacoa, mostaza y miel, queso crema con cebolla de verdeo, entre otros.

Fuente: TN