

# Muslos de pollo asados a la barbacoa con verduras al horno y salsa cremosa de chipotle

Familia **Picante** • Cocíname primero

8



Muslos de pollo deshuesados



Patata



Pimiento



Calabacín



Sazonador barbacoa



Queso crema



Pasta chipotle

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

Cocinando: **10 mins**  
Listo en: **35 mins**



Para los amantes del sabor tejano a barbacoa, hemos creado esta receta, en la que el pollo, las verduras y las patatas asadas van aderezadas con un sazón que hará brillar los ingredientes. Para obtener este sabroso plato, al que también añadimos una salsa cremosa de chipotle, solo tendrás que invertir 10 minutos, ¡el resto del tiempo no tendrás que prestar atención!

## Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

## Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, bol grande, sartén, bol pequeño, espátula, 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
Queso crema* <b>7)</b>	1 paquete	2 paquetes
Pasta chipotle <b>11) 13) 14)</b>	1 sobre	2 sobres
Agua	75 ml	150 ml

\*Conservar en la nevera

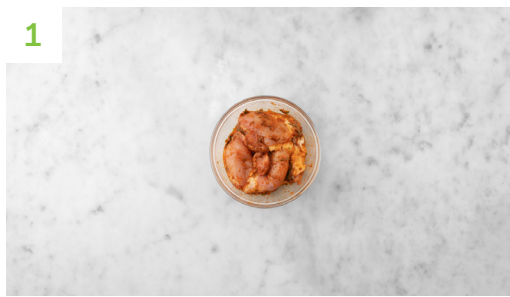
## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	585 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2134/ 510	365/ 87
Grasas (g)	29,2	5,0
de las cuales saturadas (g)	6,4	1,1
Carbohidratos (g)	47,5	8,1
de los cuales azúcares (g)	11,4	1,9
Proteínas (g)	32,1	5,5
Sal (g)	1,2	0,2

## Allergens

**7)** Leche **8)** Huevo **11)** Soja **13)** Cereales que contienen gluten **14)** Sulfitos.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.



## Marina el pollo

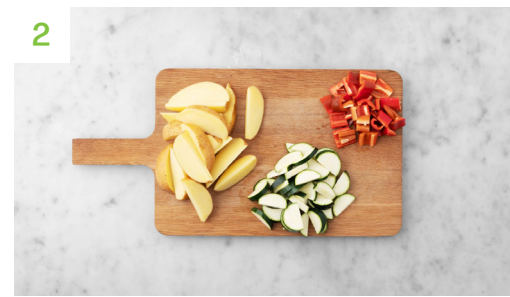
¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Precalienta el horno a 220°C. En un bol grande, agrega los **muslos de pollo**, la mitad del **sazonador barbacoa**, un chorrito de **aceite, sal y pimienta**. Con las manos, reparte el aderezo por el **pollo** y reserva hasta el paso 4.

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



## Cocina el pollo

Cuando las **verduras** se hayan horneado 10 min, mezcla bien para que se cocinen de manera uniforme. Luego, agrega el **pollo** a la misma bandeja de horno, sobre las **verduras**, y hornea 15-17 min más, hasta que el **pollo** esté dorado y bien cocinado por dentro y los **vegetales** queden tiernos. Da la vuelta al **pollo** 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. Luego, córtalo 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

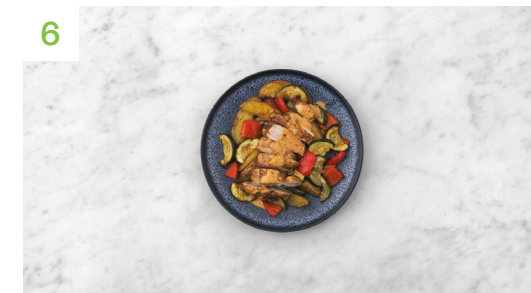
En una sartén, agrega el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y la **pasta chipotle**. Lleva a ebullición y cocina 2-3 min mientras remueves con una espátula, hasta que la **salsa** se reduzca. Luego, reserva la **salsa** en un bol y agrega el **queso crema**. Mezcla con varillas para integrar el **queso** y que quede una **salsa** homogénea.



## Hornea 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 extiende las **verduras** en una sola capa en la bandeja. Hornea a media altura durante 10 min.

**CONSEJO:** Puedes utilizar dos bandejas de horno si es necesario para que las verduras queden extendidas.

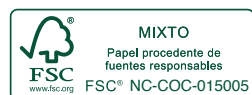


## Emplata y disfruta

Sirve las **patatas, calabacín y pimiento** asados en la base de los platos y coloca el **pollo a la barbacoa** encima. Luego, añade la **salsa** cremosa de **chipotle** sobre el plato al gusto.

¡Que aproveche!

¡Recíclame!



¡Ponle nota, chef!  
Tu opinión es nuestro  
ingrediente secreto.

