

Pollo a la vasca



PREPARACIÓN

15 min



COCCIÓN

25 min



PERSONAS

4

INGREDIENTES

- 4 filetes de pollo de corral con piel
- 2 pimientos rojos y 2 amarillos
- 250 g de salsa de tomate
- 1 cucharadita de pimentón dulce (paprika)
- 1 cebolla
- Algunos dientes de ajo
- Perejil y tomillo
- Aceite de oliva

INSTRUCCIONES

Pelar y quitar las semillas de los pimientos. Pelar y picar la cebolla. Pelar y quitar el germen a los dientes de ajo y picarlos. Cortar el pollo en trozos.

En un poco de aceite, freír el ajo, la cebolla y los pimientos durante 2-3 minutos. Añadir el pollo, el tomate, el pimentón, el perejil y el tomillo.

Cocer a fuego lento durante unos 25 minutos.

Receta extraída del libro Les combinaisons alimentaires - Mieux digérer au naturel (sólo disponible en francés por el momento).