



El rústico: pollo con champiñones en salsa cremosa

con pimienta y cebolla acompañado de arroz

Familia

Preparation time : 30 min.



- Arroz basmati
- Cebolla
- Pimiento
- Champiñones
- Pechuga de pollo
- Especias mediterráneas
- Queso crema
- Sal y pimienta
- Aceite de oliva
- Agua para el arroz
- Agua para la salsa



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/es-ES/recipes/el-rustico-pollo-con-champinones-en-salsa-cremosa-363>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Jarra medidora, Colador, Sartén, Cazo con tapa

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Arroz basmati (gramo(s))	150	300	450
Cebolla (unidad(es))	1	2	3
Pimiento (unidad(es))	1	1	3
Champiñones (gramo(s))	250	500	750
Pechuga de pollo (unidad(es))	2	4	6
Espicias mediterráneas (sobre(s))	1	2	3
Queso crema (paquete)	1	2	3
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	2	4	6
Agua para el arroz (mililitro(s))	320	640	960
Agua para la salsa (mililitro(s))	100	200	300

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

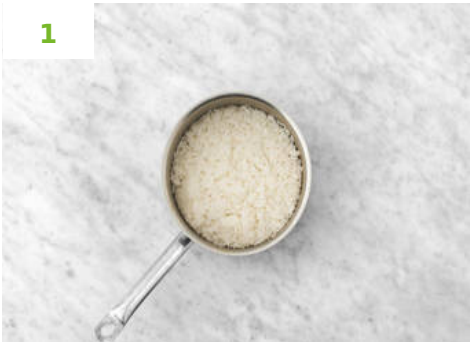
Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kJ)	2608 kJ
Valor energético (kcal)	623 kcal
Grasas	20.9 g
de las cuales saturadas	4.3 g
Carbohidratos	81.3 g
de los cuales azúcares	11.1 g
Fibra	6 g
Proteínas	46.5 g
Sodio	0.98 mg

Allergens

Leche

Always check the product labels for allergen information.



Arroz en marcha

- ¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!
- Llena un cazo con el **agua para el arroz**, añade el **arroz** y **sal** y lleva a ebullición con el cazo tapado.
 - Cuando hierva, cocina a fuego medio-bajo 11-13 min, removiendo.
 - Luego, retira del fuego y reserva en el cazo tapado.



Cuchillo en mano

- Pela la **cebolla** y córtala en tiras finas.
- Corta el **pimiento** en tiras finas de 0,5 cm de grosor.
- Limpia los **champiñones** con un paño húmedo y desecha el extremo del pie de los **champiñones**. Luego, córtalos en cuartos.



Pollo al fuego

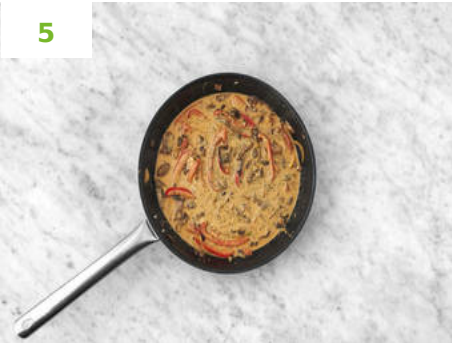
- En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Una vez caliente, agrega las **pechugas de pollo**, **salpimienta** y cocina 3-4 min por lado, hasta que estén doradas y bien cocinadas en el interior.
- Retira y reserva.

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



Turno de las verduras

- En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Agrega la **cebolla**, el **pimiento** y una pizca de **sal** y cocina 4-5 min, removiendo, hasta que quede transparente.
- Añade los **champiñones** y cocina a fuego medio-alto 3-4 min más, removiendo.



Combina los ingredientes

- En la sartén, agrega las **especias mediterráneas** y el **agua para la salsa** y remueve.
- Añade el **pollo** y cocina a fuego medio 3-4 min, removiendo, hasta que la **salsa** se reduzca.
- En el último minuto, agrega el **queso crema** y remueve.
- Prueba y rectifica de **sal** y **pimienta**.



¡A la mesa!

- Sirve el **arroz** en un lado de los platos y coloca el **pollo** con **verduras** y **salsa** al otro lado.

Enjoy your meal!