

ENSALADA DE POLLO A LA PARRILLA CON VERDURAS ASADAS



Ingredientes:

- Pechuga de pollo (200 g).
- Mezcla de hojas verdes (espinacas, lechuga, rúcula).
- Tomates Cherry (1 taza).
- Pepino (1 unidad, cortado en rodajas).
- Pimiento rojo (1 unidad, cortado en tiras).
- Calabacín (1 unidad, cortado en rodajas).
- Champiñones (1 taza, cortados por la mitad).
- Aceite de oliva (2 cucharadas).
- Sal y pimienta al gusto.
- Hierbas frescas (tomillo, romero, albahaca).

Instrucciones:

1. Preparación del Pollo:

- Sazona la pechuga de pollo con sal, pimienta, y hierbas frescas al gusto.
- En una parrilla caliente, cocina el pollo hasta que esté dorado y bien cocido. Luego, déjalo reposar antes de cortarlo en tiras.

2. Asado de Verduras:

- Precalienta el horno a 200°C.
- En una bandeja para hornear, coloca las tiras de pimiento, rodajas de calabacín y champiñones. Rocía con aceite de oliva, sal y pimienta al gusto. Asa en el horno durante 15-20

