



Pollo glaseado con miel y vinagre de manzana

Descripción

Otra receta más que me he encontrado rastreando en Internet. Es muy sencilla, el proceso más largo es el asado en el horno, pero no porque sea difícil, si no por el tiempo que necesita en hacerse. Pero merece la pena.

Para hacerlo plato único, he añadido unas patatas, cascadas grandes, o si son pequeñas, enteras. En la receta han usado jamoncitos de pollo, yo he puesto el zanco entero, con contramuslo.



Ingredientes: (Para cuatro personas).

- * 8 zancos completos de pollo, muslo y contramuslo. Lo podéis hacer también con jamoncitos, pero se necesita más cantidad.
 - * 3 cucharadas soperas colmadas de miel. La que más os guste.
 - * 2 cucharadas soperas colmadas de vinagre de manzana.
 - * Unas patatas, como acompañamiento al pollo.
- Opcional.
- * Sal, pimienta y aceite de oliva.

Preparación:

Limpiamos bien el pollo, **lo dejamos con piel**. Pelamos las patatas, las cascamos en trozos grandes o las dejamos enteras, si son pequeñas y reservamos. Precalentamos el horno a 180°C, calor arriba y abajo.

Salpimentamos y lo vamos colocando en una fuente de horno y también las patatas. Vertemos unos chorros de aceite por encima (no en exceso) y con ayuda de una brocha lo vamos pincelando todo. Metemos en el horno 90 minutos.

Cuando hayan pasado 40 minutos, sacamos y le damos la vuelta al pollo y a las patatas, para que se vaya haciendo todo por igual. Metemos de nuevo en el horno.



Mientras haremos la salsa, en un recipiente ponemos la miel y el vinagre, mezclamos muy bien con un tenedor y reservamos.

Transcurridos otros 40 minutos, miramos si el asado esta hecho, es decir, si las patatas y el pollo estan blandos. Si es así, volvemos los zancos, de manera que quede la piel para arriba y con ayuda de una brocha vamos untando con la salsa todo, tanto el pollo como las patatas.





Horneamos otros 10 minutos, que se vea dorado.

Â¡Â¡Â¡Ya verÃ©is quÃ© toque mas rico le da la salsa!!!

Â¡Â¡Buen provecho!!



Consejo: Aunque le hayamos dejado la piel, en casa se la quitamos a la hora de comerlo. Ojo con el tiempo del horno, os he dicho muchas veces que el mio debe estar perdiendo potencia.

CategorÃa

1. Carnes

Fecha de creaciÃ³n

febrero 22, 2016

Autor

admin