

## Jamoncitos de pollo

### Ingredientes:



- 8 muslos de pollo
- 4 dientes ajos
- 1 cebolla
- 1 pimiento rojo
- 2 zanahorias en rodajas
- 2 tomates rallados
- 2 patatas grandes cortadas en rodajas
- 1/2 cucharilla de pimentón
- 1 vasito de vino de jerez
- Caldo de pollo o de verduras para cubrirlo
- Sal y pimienta



### Preparación:

En una cazuela poner aceite y dorar los muslos ya salpimentados a fuego fuerte, reservarlos. Sofreír los ajos enteros y dorarlos, añadir la cebolla, el pimiento y las zanahorias, cortado en trozos un poco grandes, sofreír todo, añadir el pimentón y el vino.



Lo tenemos dos minutos a fuego fuerte para que se evapore el vino. Añadir el pollo y el caldo, dejar cocer 20 minutos para incorporar las patatas y dejar cocer otros 30 minutos más.

### REFERENCIA CURRICULAR



**Toñi Morera Sánchez.** Aunque cocinar nada tiene que ver con su formación ni con su profesión, es una afición muy importante para ella. La cocina le conecta a la tierra, a lo básico, a lo fundamental, a la vez que le da alas para crear, innovar, experimentar o sencillamente reproducir. Disfruta aprendiendo continuamente, como disfruta jugando/enseñando. Y esto es lo que nos ofrece: comida saludable para hacer, aprender, jugar, degustar y agasajar.

Secciones: **Cocinar**, **Con placer**