



## Millet con brócoli asado y pechuga de pollo



Categoría  
Carne



Tempo de preparação  
Médio



Dificuldade  
Fácil



Custo  
Medio



Com quem?  
Con la familia



Nº de pessoas  
4 pessoas

### Ingredientes



Al gusto: Gallo Aceite  
Virgen Extra Mi Primer  
Aceite de Oliva

- 100g de millet
- 200g de brócoli
- 1 ajo picado
- Tomillo, al gusto
- Sal, al gusto

### Modo de preparación

1

Cocine el millet según las instrucciones del paquete con un poco de sal.

2

Ponga los ramilletes de brócoli en una bandeja de hornear. Sazone con ajo, tomillo, sal y un poco de Gallo Aceite de Oliva Virgen Extra Mi Primer Aceite de Oliva.

3

Cocine durante unos 15 minutos en un horno precalentado a 190°C.

4

Cocine la pechuga de pollo en agua con un poco de sal.

5

Desmenuzca el pollo, añádalo al millet y luego envuelva los ramilletes de brócoli.

6

Termine con un poco más de Gallo Aceite de Oliva Virgen Extra Mi Primer Aceite de Oliva.

## Produtos utilizados



### *Mi Primer Aceite de Oliva*

Aceite de Oliva Virgen Extra

## Veja também

---

 Carne  Rápido  Fácil

*Pizza de presunto com rúcula*

---

 Carne  Médio  Fácil

*Salada de entrecôte com arroz vermelho, manga e tomate*

---

 Carne  Médio  Fácil

*Espetadas de frango com molho de amendoim*

---

 Carne  Demorado  Fácil

*Perna de cabrito em crosta de ervas*

---

 Carne  Demorado  Fácil

*Perna de borrego no forno com chalotas e cogumelos*

---



Mais receitas em

[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide