



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

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide