

Pollo al Horno a la Mostaza

Esta es una receta fácil, para comer todos en casa. Todos sus ingredientes son habituales en casi todas las casas y de bajo coste. Además, en tiempo de preparación es mínimo.

INGREDIENTES:

- 1 Pollo de 1,2-1,4kg
- 2 Cucharadas mostaza de Dijon
- 2 Cucharaditas romero seco
- ¼ Cucharadita pimienta molida
- 2 Cucharadas ajo en polvo
- 2 Cebollas grandes

4

Raciones



NOTA:

si no tienes bolsas de asar al horno (las venden en casi todos los supermercados), añade ½ vaso de agua o caldo de pollo a la bandeja del pollo y cocina durante 1,30h a 180º, dando la vuelta a mitad cocción.

ELABORACIÓN:

1. Precalentar el horno a 180°C
2. Preparar el adobo: mezclar la mostaza con el romero, pimienta molida y ajo en polvo, hasta formar una mezcla homogénea. Como la mostaza ya tiene sal, no es necesario añadir sal al pollo.
3. Untar el pollo con el adobo por todos lados (incluido por dentro).
4. Pelar las cebollas y cortar en cuartos. Introducir en una bolsa de asar para horno, encima de estas el pollo, cerrar y hornear 1 hora y cuarto a 180°C (si el pollo está troceado con 50 minutos será suficiente).
5. Retirar el pollo y triturar la cebolla con el jugo que haya soltado para hacer la salsa. Servir caliente.