

POLLO ASADO AL HORNO



Ingredientes (8 porciones)

- 8 presas de pollo natural, idealmente orgánico
- 1 cebolla grande, en corte pluma
- 1 pimentón rojo, en julianas
- 1 pimentón verde, en julianas
- 2 zanahorias, en rodajas
- Aceite de oliva
- 3 ramitas de Romero
- Sal de mar o del Himalaya
- Pimienta negra

Preparación

1. Precalentar el horno a 200° C.
2. Colocar la cebolla como base en una fuente para hornear y encima las zanahorias, pimentones y ramitas de romero.
3. Sazonar las presas de pollo con sal y pimienta y colocar sobre las verduras, asegurándose que queden completamente cubiertas por el pollo.
4. Agregar un poco de aceite de oliva sobre el pollo y colocar la bandeja en el horno precalentado.
5. Bajar la temperatura a 170° C y cocinar por 45 minutos. Finalmente, encender el modo grill y dejar que se dore por otros 15 minutos hasta que la piel del pollo esté crujiente.
6. ¡Disfrútelo con un acompañamiento de caulirice!