

PECHUGAS AL ORÉGANO

1

15

2 €

Ingredientes

- Pechugas de pollo
- Aceite
- Orégano
- Sal

Preparación

Las pechugas deben estar limpias, sin piel, las salamos(al gusto) y colocamos en la bandeja del horno, se le echa un chorrito de aceite por encima y se cubre con orégano cada pechuga, al horno 15 minutos a 200°, y listas.

El tiempo dependerá del horno y del tamaño de las pechugas.

Consejos

Para una persona, la ración será media pechuga, pero si esperas a que se enfrien las cortas en lonchas finas y puedes hacer bocatas o sandwich con lechuga y mayonesa, eso está de muerte y además te cunde mucho más.

Observaciones