

Arroz con pollo y nueces

Publicada por:

[imprimir](#)



© Mortimermax | Chef Plus

- 15 '
- 25 '
- 4
-
-
-
-
-

Comentario nutricional

Los polifenoles de las nueces pueden ayudar a mejorar la memoria y la función cognitiva.

Modo express

1. Deseche la piel de la pechuga y corte la carne en daditos.
2. Pele y pique la cebolla y el ajo; pique toscamente las nueces; pele y ralle los tomates, desechando las pepitas.
3. Introdúzcalo todo en la cubeta, junto con el pollo y las nueces. Mezcle con el aceite, el arroz y el tomillo, y añada una pizca de sal. Cubra con las 4 medidas de agua.
4. Cierre la tapa y programe el menú Arroz.
5. Si quiere que el arroz quede más suelto, engráselo con aceite antes de cocinarlo.