www.lavidaesdulce.net

Una receta para la semana, hacer unos ricos tutos de pollo de una manera entretenida y diferente, quedan sabrosos y aromáticos, ideales para un día de semana sobretodo lunes, servidos con arroz o con pure y un poco de tomate son verdaderamente irresistibles!

Una receta simple que va a repletar de olores tu casa, un pollo con un toque de cariño especial, quedan dorados y sabrosos, ideales para la dieta por que tienen de todo permitido, sobre todo para la dieta Keto, si no haces esa dieta simplemente no uses la mantequilla y quedan perfectos igual.

Servir recién horneados es lejos lo mejor! En unos minutos una receta deliciosa y diferente para partir bien la semana.

Tutos de Pollo al Limon y Hierbas

- 1 cucharadita de pimienta negra entera
- 1 cucharadita de semillas de cilantro enteras
- 2 cucharaditas de ralladura de limon
- 1 rama de romero
- 3/4 cucharadita de sal
- 2 cucharaditas de mantequilla
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 4 tutos de pollo

Precalentar el horno a 220 grados C.

En un mortero moler la pimienta y las semillas de cilantro, poner en un bol chico y mezclar con el aceite de oliva, la ralladura de limon, el romero y 3/4 cucharadita de sal.

Poner los tutos en una fuente que pueda ir al horno, con las manos frotar la mezcla de las especias sobre los tutos, poner un cuadradillo chico de mantequilla sobre cada presa de pollo. Hornear de 30 a 35 minutos hasta que los tutos estén bien dorados.