


San Jacobo de pollo

Publicada por:

[imprimir](#)

- 20 '
- 20 '
- 4
- 
- 



Comentario nutricional

El pollo es una carne blanca con un bajo aporte en grasa y de sabor suave que resulta apetecible para los niños.

Modo express

1. Lave y corte el pimiento rojo en tiras. Salpimiente el pollo y coloque encima un poco de queso, una de jamón de York y 1 /4 del pimiento.
2. Enrolle las pechugas sobre sí mismas, sujetándolas con palillos para que no se deshagan.
3. Programe el menú Horno a 172º durante 20 minutos, vierta el aceite en la Chef Plus Induction y, cuando esté caliente, introduzca los rollitos intentando colocarlos de forma vertical en la cubeta.

4. En cuanto finalice el programa, saque los San Jacobos, quite los palillos y sirva los rollitos cortados en rodajas gruesas.

Nota: Utilizar crema de queso o queso para untar 0% grasa.