



Muslos de pollo a la naranja y canela

Ingredientes para 4 personas: 4 muslos de pollo, 2 naranjas de zumo, 2 ramitas de canela, 1 vaso de vino blanco, 1 vaso de harina, aceite de oliva, sal y pimienta.

Preparación: 1º exprimimos las dos naranjas y rallamos la cáscara de una de las naranjas.

2º salpimentamos los muslos de pollo y los doramos en una cazuela de barro con aceite.

3º una vez dorados los muslos de pollo le añadimos las dos ramitas de canela, el zumo de las dos naranjas, el vaso de vino blanco y lo dejamos que se reduzca un poco.

4º le añadimos un vaso de agua y dejamos tapada la cazuela durante 5 minutos a fuego lento. Seguidamente añadimos el vaso de harina para que se espese la salsa y lo dejamos cocer durante 15 minutos más y listo para servir.

Tiempo de preparación: 40 minutos aprox.

Autora de la receta: Mara Rodríguez Leal

Supermercado masymas 44 - Villacarrillo