

Jamoncitos de pollo con alcachofas



Hoy me he levantado, y he pensado que receta fácil puedo hacer para que los niños cenén esta noche, cuando lleguen del colegio cansados.

A casi todos los niños les gusta el pollo , y en nuestra familia , al mayor de 11 años , también las alcachofas, así que jamoncitos de pollo con alcachofas.

Ingredientes (4 personas):

- 10 jamoncitos de pollo.
- 2 alcachofas tiernas, que limpiaremos, retiraremos las hojas duras y cortaremos en octavos.

-2 zanahorias.

-1 cebolleta.

-1 ajo.

-1 hoja de laurel.

-1 cucharada de tomate frito.

-pimentón de la Vera.

-aceite al gusto, agua, sal y unas bolitas de pimienta negra.

Preparación :

Es una receta rápida y fácil, de las de toda la vida.

Paso 1:

Limpiamos los jamoncitos de pollo, y salamos al gusto.

En una sartén , con el aceite bien caliente, freímos los jamoncitos de pollo hasta que estén bien dorados.



Paso 2:

Retiramos los jamoncitos de pollo, e incorporamos la zanahoria cortada en rodajas, el ajo laminado y la cebolleta picada, y sofreímos a fuego lento hasta que este bien pochada.



Paso 3:

Añadimos las alcachofas cortadas en octavos y dejamos sofreír unos minutos para que se doren, después incorporamos los jamoncitos de pollo , sofreímos la cucharada de tomate, añadimos la hoja de laurel, las bolitas de pimienta negra y el pimentón de la Vera y removemos..

Cubrimos con un vaso de agua y dejamos cocer a fuego lento durante unos 30 minutos, con la sartén tapada.

Listo y servimos!!!!

