



Pollo condimentado a la plancha

Ingredientes - Para 4 persona(s)

- 800 g de *pollo ecológico sin piel*
- 4 Pellizco(s) de *Seta (seps),secas, en polvo*
- 1 Pellizco(s) de *Gomasio*
- 2 Ud. de *Ajo tierno*
- *Aceite de oliva virgen extra, producción ecologica*
- 1 Ud. de *Pepino*

Preparación

Paso 1 - Maceración de la carne

Tendremos el pollo (muslo o pechuga) deshuesado y cortado en filetes delgados. Lo salpicaremos abundantemente con los ceps en polvo y mas moderadamente con el gomasio.

Paso 2 - Condimentación final y cocción

Espolvorearemos los trozos con ajo tierno trinchado y los rociaremos con un poco de aceite de oliva. Pondremos los trozos en la plancha bien caliente, por el lado donde esta el ajo en primer lugar. Dejaremos dorar bien antes de girar el trozo y cocerlo por el otro lado bien dorado.

Paso 3 - Emplatado final

Colocado el trozo o trozos de cada ración en el plato lo acompañamos con rodajas de pepino (u otra ensalada), condimentado con gomasio y rociamos todo el plato con aceite de oliva.

Nota:Atención al gomasio pues además de sesamo, contiene sal abundante