



Alitas de pollo saludables al horno

Receta para 2

INGREDIENTES

- | | |
|---|--|
| ☐ 6 unidades Alitas de pollo | ☐ 1 cdta Ajo en polvo |
| ☐ 3 cdas Aceite de Oliva | ☐ 1 cdta Cebolla en polvo |
| ☐ 1 cdta Comino | ☐ 1 ramita Perejil |
| ☐ 1 cdta Orégano | ☐ 2 cdtas Pimienta negra |
| ☐ 1 cdta Pimentón dulce | |
-

PREPARACIÓN

1. Para comenzar con la receta, precalentamos el horno a 180 grados.

2. Incorporamos en un bol las especias. Comenzamos con la cebolla en polvo, después comino, ajo en polvo, pimentón dulce, orégano, perejil y la pimienta negra.

3. Añadimos las 3 cucharadas de aceite de oliva (unos 15 ml aproximadamente) y removemos bien con una cuchara.

4. Seguidamente, añadimos las alas al bol y, con la ayuda de la cuchara, las removemos para que queden completamente impregnadas de las especias.

5. Cogemos un recipiente de cristal o apto para horno y ponemos papel de hornear. Colocamos las alas de pollo separadas entre ellas para que puedan cocinarse bien. Introducimos el recipiente en el horno y horneamos durante 30 minutos a 180 grados.

6. Pasado el tiempo de horneado, las servimos calientes en una fuente. ¡Y listo! ¡Qué aproveche!