

Pechugas al Limón

Ruralmur

ruralmur@regmurcia.com

<https://ruralmur.com/articulo/764/pechugas-al-limon>

Dirección: [Región de Murcia](#)



¿Aburrido de comer siempre pechugas de pollo? Si tienes que comer por necesidad muchas veces pollo (eres deportista o estás a dieta), te damos esta receta para que puedas cocinar de manera diferente y sin nada de grasa, las pechugas de pollo.

Ingredientes:

- 2 Pechugas de pollo.
- 2 limones.
- 4 dientes de ajo.
- Aceite.
- Sal

Elaboración:

- 1.- Se laminan los ajos y se sofríen en una sartén con poco aceite.
- 2.- Se trocean las pechugas y se añaden.
- 3.- Añadimos un poco de sal y el zumo de 2 limones.
- 4.- Remover y apagar el fuego.

Se recomienda no tostar demasiado las pechugas y justo al añadir el zumo de limón, apagar inmediatamente el fuego (quedaran más jugosas)

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>

Pechugas al Limón

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y4k2wvcw>