KIKKOMAN

Pollo Traybake al Teriyaki

Tiempo total **70 Mins.** **10 Mins.** Tiempo de preparación **60 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
2.133 kJ / 508 Kcal

Grasas: **23 g** Proteínas: **29,6 g**
Carbohidratos: **45,9 g**

INGREDIENTES

4 porciones

4	muslos de pollo grandes, con piel
3	boniatos medianos, sin piel y cortados en trozos gordos de 3 cm
100 ml	Kikkoman Salsa Estilo Japonés Teriyaki para Marinados
2 cucharadas	de aceite de colza
2	cebollas rojas, cortadas en láminas
1	pimiento rojo, sin pepitas y cortado en rodajas
1	pimiento amarillo, sin pepitas y cortado en rodajas
200 g	de ramilletes de brócoli tiernos

PREPARACIÓN

Pasos 1

Precaliente el horno a 220 ºC/200 ºC°°en el horno con ventilador/número 7 en el horno de gas. En una olla grande de asar, rocíe la marinada Teriyaki y el aceite sobre los muslos de pollo y los boniatos, y fríalos 30 minutos.

Pasos 2

Una vez pasados los 30 minutos, agregue las cebollas rojas y los pimientos en rodajas y mezcle todo hasta cubrir con la salsa. Hornéelo otros 15-20 minutos, luego agregue los ramilletes de brócoli tiernos y rehogue otros 10-12 minutos. Sirva a continuación.