

Listo para servir



MERCADONA



FADE
SALUDABLE

#FADESaudable

Ensalada de pollo y aguacate

Aquí tienes una receta de ensalada de pollo y aguacate que es verdaderamente sencilla de preparar. Su facilidad de elaboración no compromete en nada su sabor. Es importante usar aguacates que estén bien maduros para potencializar el sabor y la textura.



Pechuga de pollo



Zumo de limón



Finas hierbas



Aceite de Oliva virgen



Aguacate maduro



Chile jalapeño



Sal y pimienta



- 1) Pon a calentar el aceite en una sartén.
- 2) Pon a asar las pechugas a fuego medio, sazónala al gusto con las finas hierbas, la sal y la pimienta.
- 3) Baja la lumbre y deja que se doren durante 25 minutos, volteándolas.
- 4) Retira las pechugas de la sartén y deja que se enfríen durante 10 minutos.
- 5) Pela los aguacates y trocéalos, deberás trocear la pechuga con trozos de similar tamaño.
- 6) Mezcla en un recipiente el aguacate, el pollo, el zumo de limón y el chile jalapeño.