



<https://www.mepillasquisando.com>



## POLLO CON ACEDERAS Y ARROZ



### INGREDIENTES:

- 3 Pechugas de pollo.
- 4 Manojos acederas.
- 2 Cebollas.
- 4 Dientes de Ajo.
- 3 Cucharadas de Aceite de oliva.
- 2 Cucharadas de harina.
- Sal y Pimienta.

### ELABORACIÓN:

Cortamos las pechugas en trozos medianos, Salpimentamos y en una olla con un poco de aceite, doramos los trozos. Añadimos la cebolla y el ajo, todo muy picadito. Mientras preparamos las acederas quitándole el tronquito central. Las amontonamos y cortamos en juliana y cocemos en un poco de agua con sal. Una vez cocidas las ponemos debajo del chorro de agua, para que suelte el posible amargor. Escurrimos bien y añadimos a la carne. Cubrimos la carne con agua y dejamos cocinar media hora. Disolvemos la harina en agua fría, procurando que no queden grumos y añadimos a la olla con la carne y dejamos espesar unos diez minutos. Emplatamos con arroz cocido y aliñado.

<https://www.mepillasquisando.com>