# Receta de Pollo Al Zumo Natural De Naranja

22 Abr 2014

Buenos días, para hoy os dejo esta receta que es una forma distinta de preparar el pollo, ya que es una carne que admite muchas maneras de cocinarse, espero que esta sea de vuestro agrado.

## Ingredientes

- Contramuslos de pollo (un kg. o más según comensales)
- Cebollas (tres o cuatro medianas)
- Zumo de naranja natural (un litro)
- Aceite de oliva
- Sal y Pimienta negra

## Modo de Preparación

1. Quitar la piel de los contramuslos y partirlos por la mitad
2. Poner aceite de oliva en una cacerola y cuando esté caliente freír el pollo hasta que esté doradito
3. Sacar y apartar en una fuente
4. Quitar un poco de aceite y en el resto refreír la cebolla bien picadita, cuando esté dorada incorporar el pollo antes frito y remover un poco
5. Echar el litro de zumo natural (también vale de tetrabrik) dejar que dé un hervor y echar un poco de sal y pimienta negra
6. Dejar cocer hasta que la salsa espese, sobre 45 minutos
7. Servir caliente con unas patatas fritas o una ensalada, según vuestro gusto