

Pollo Empanizado con Queso Parmesano

Ingredientes:

- ½ taza de aceite de oliva.
- 1 taza de crema agria.
- 750gr. de pechuga de pollo sin piel y sin huesos.
- 3 dientes de ajo molidos
- ½ cucharadita de sal.
- 1 ¼ tazas de queso Parmesano.
- ¾ de taza de pan rallado.
- ¼ cucharadita de albahaca seca.
- ¼ cucharadita de orégano seco.



Preparación:

- En un refractario de vidrio agregar el ajo, la sal y el pollo cortados en tiras a lo largo. Dejar marinar el pollo por 30 min.



- Calentar el horno a 180° C.
- En un refractario cuadrado colocar el pan rallado, el parmesano, albahaca y orégano. Revolver para que se mezclen bien los ingredientes.



- Preparar la bandeja de horno agregando aceite de oliva.
- Escurrir ligeramente cada tira de pollo y empanizarlo con la mezcla de pan rallado y queso parmesano.
- Colocar en la bandeja. Hacer lo mismo con todas las tiras de pollo.



- Luego verter aceite de a cada tira de pollo. Hornear por 15 min o hasta que un lado este dorado. Voltear las tiras y cocinar por otros 15 min.



Servir con la salsa de su gusto.