



Una cena casera rápida

Receta rápida de pollo asado con patatas

Comensales: 4

Preparación: 1 hora

ingredientes

- 1 pollo entero, limpio y seco
- 1 limón, cortado en dos partes
- 6 dientes de ajo, pelados
- Un poco de romero, salvia y tomillo
- Sal del mar
- Pimienta fresca
- 1/3 taza de Aceite de oliva
- Media docena de patatas pequeñas, peladas

preparación

Precalentar el horno a 450°F (utilizar un horno convencional cuando sea posible).

Utilizando un par de tijeras para la cocina, quitar el espinazo del pollo (también, se puede guardar para hacer un caldo). Con un cuchillo muy afilado, quitar los huesos del muslo — cortar la parte alrededor del hueso. También, puedes pedir que te lo hagan en la carnicería.

Colocar el pollo, pechuga arriba, en una bandeja para asar y aplastarlo a mano. Echar el limón encima y alrededor del pollo; echar las dos mitades en la bandeja. Ahora, echar los dientes de ajo abajo del pollo — acompañarlos con unas especias que te gusten. Echar un poco de sal y pimienta liberalmente, con un poco de aceite de oliva (aproximadamente tres cucharas).

Mientras, hervir agua en una olla para salsa, echando un poco de sal. Hervir las patatas durante ocho minutos. Escurrir las patatas y echarlas en una olla con la tapa asegurada — agitar la olla para que salgan más suaves y voluptuosas. Echar las patatas en la bandeja con el pollo y cubrir con aceite de oliva, aproximadamente tres cucharas, con un poco de sal y pimienta.

Cubrir la bandeja con papel de aluminio; asar durante 20 minutos; quitar el papel de aluminio y rociar con su jugo. Sin papel de aluminio, asar durante 20 minutos más, o hasta que un termómetro registre 165°F al insertarlo en el muslo — asegurándote de que esté dorado.