Verduras salteadas con pollo y Tornillos Verduras

Verduras salteadas con pollo y Tornillos Verduras Doria

Generado por recetasdeescritorio.com

Ingredientes

- 1 paquete de Tornillos Verduras Doria por 500 gr
- 1 cebolla cabezona roja
- 1 brócoli
- 1 diente de ajo picado
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 3 ramitas de espinaca picada
- 2 calabacines verdes picados
- 2 zanahorias en julianas
- 2 pechugas de pollo cortadas en cubos
- 20 gr de mantequilla
- Salsa soya al gusto
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto

Preparación

1. Cocinamos los Tornillos Verduras Doria de 10 a 13 minutos en abundante agua hirviendo, siempre teniendo en cuenta que debemos usar 1 litro de agua mezclado con 1 cucharadita de sal por cada 100 gr de pasta.
2. Mientras se cocina la pasta, en un sartén con el aceite caliente empezamos a sofreír las verduras. Primero agregamos la mantequilla con la cebolla y el ajo, después seguimos con la zanahoria, el pimentón y el pollo.
3. Cuando el pollo ya esté cocinado agregamos el brócoli, la espinaca, cocinamos unos minutos más y agregamos la salsa soya, rectificamos sal y pimienta al gusto.
4. Una vez terminada la cocción de los Tornillos Verduras Doria, los escurrimos muy bien, se los agregamos a las verduras y mezclamos.
5. Servimos en un plato.
6. Se puede decorar con unas hojas de cilantro o espinaca