

Pollo en salsa de queso con patatas

Tipo de plato: Plato principal (carne)

Tiempo de preparación: 15-20 minutos

Tiempo de cocción: 25 minutos

Tiempo total: 40 minutos

Porciones: 4 personas

Calorías: Aproximadamente 450 kcal por porción

Ingredientes:

- 4 piezas de pollo (pechugas, muslos, alitas o contramuslos, al gusto)
- 500 g de patatas (o más, según el número de comensales; 2 kg para 6 personas)
- 250 ml de nata para cocinar
- 150 g de queso cheddar rallado (o cualquier queso que tengas en casa)
- 1 cebolla grande
- 2 dientes de ajo
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- Sal y pimienta al gusto
- Perejil fresco o cebollino picado (para decorar)

Instrucciones:

1. **Preparar las patatas:** Pela las patatas y córtalas en trozos medianos (como para tortilla de patata o guiso). Cuécelas en agua con sal durante 15-20 minutos, hasta que estén tiernas. Escúrrelas y resévalas.
2. **Cocinar el pollo:** Sazona las piezas de pollo con sal y pimienta. En una sartén grande, calienta el aceite de oliva a fuego medio y cocina el pollo 5-6 minutos por cada lado, hasta que esté dorado y cocido. Retíralo, colócalo en un plato con papel absorbente y resévalo.
3. **Preparar la salsa:** En la misma sartén, sofríe la cebolla picada y los ajos durante 2-3 minutos, hasta que la cebolla esté transparente. Añade la nata y el queso rallado, removiendo constantemente hasta obtener una salsa suave y cremosa.
4. **Combinar:** Vuelve a colocar el pollo en la sartén, cúbrelo con la salsa y cocina a fuego lento durante 5 minutos para que absorba los sabores. Añade las patatas escurridas y mezcla suavemente para que se impregnen de la salsa.
5. **Servir:** Decora con perejil fresco o cebollino picado y sirve caliente.

Consejo de Ana María: Si quieres ahorrar tiempo, usa una olla exprés para cocer las patatas más rápido. ¡Y no te preocupes por las calorías, que la vida es para disfrutarla!

