

# RecetaKA

## BROCHETAS DE POLLO CON VERDURAS

### Ingredientes para 4 personas:

500 g de pollo / 2 cebollas / 1 calabacín / 1 tomate / 2 pimientos rojos y 1 verde / 2 ramitas de perejil



### Elaboración:

1. Lavar y cortar en dados un pimiento rojo y un pimiento verde
2. Lavar y cortar en rodajas finas el calabacín y la cebolla
3. En una sartén pochar las verduras durante 10 minutos aproximadamente
4. Limpiar el pollo y cortarlo en dados de tamaño regular. Salpimentar y sofreír en una sartén con aceite bien caliente
5. Montar las brochetas: Empezando por un trozo de pollo para que haga tope. A continuación alternar cada trozo de pollo con dos o tres de verdura. Mezclar colores
6. Emplatar las brochetas al gusto, con o sin salsa

*Nota: Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres **supervisen, ayuden y se diviertan** cocinando con los niños*