

Muslos de pollo guisados



INGREDIENTES

- ◆ 4 muslos de pollo
- ◆ 1 cebolla
- ◆ 2 dientes de ajo
- ◆ 1 ó 2 zanahorias
- ◆ 1 tomate maduro
- ◆ 1 vasito de vino blanco
- ◆ aceite de oliva
- ◆ agua
- ◆ sal
- ◆ laurel

PREPARACIÓN

- 1.- En una cazuela echamos un chorrito de aceite de oliva (4 cucharadas) y ponemos a rehogar la cebolla, el ajo y la zanahoria partidos en dados. Acompañamos con una hoja de laurel.
 - 2.- Cuando la verdura tome un color transparente incorporamos los muslos, a los que previamente habremos quitado la piel gruesa que les recubre, y rehogamos hasta que se doren, teniendo cuidado que no se peguen al fondo.
 - 3.- Troceamos el tomate y lo incorporamos, cocinamos unos minutos y añadimos el vasito de vino blanco.
 - 4.- Dejamos que se evapore el alcohol del vino, añadimos un vaso de agua, salamos y dejamos cocer hasta que al pinchar los muslos estén blandos y la salsa adquiera el punto deseado.
- (Si tenemos prisa podemos guisar los muslos en la olla, pero hay que tener en cuenta que prácticamente no pierde nada de agua, por lo que no es necesario añadir nada, es suficiente con el líquido que proporciona la verdura y el vino, incluso es posible que una vez abierta la olla sea necesario dejar que hierva y evapore para conseguir la textura deseada en la salsa.)