# Contramuslos de pollo asados con frutos rojos

## Raciones para 1

- ❑ Contramuslos de pollo
- ❑ Patatas
- ❑ Boniato
- ❑ Tomillo
- ❑ 100 g Frutos rojos
- ❑ 1 diente Ajo
- ❑ Sal
- ❑ 1 cucharadita Miel
- ❑ 2 cucharaditas Vinagre de Módena
- ❑ Aceite de oliva

1. Primero, para preparar la salsa de frutos rojos, machaca en un mortero un diente de ajo con una pizca de sal durante aproximadamente 2 minutos, hasta que quede bien mezclado. Luego añade los 100gr de frutos rojos, una cucharadita de miel para endulzar, otra de vinagre de Módena y cubre todo con aceite de oliva. Remueve bien la salsa con ayuda de una cuchara hasta que todos los ingredientes queden bien integrados.

2. Coloca en una bandeja para horno los contramuslos de pollo limpios y extiende la salsa de frutos rojos por encima. Coloca unas rodajas de patata y boniato alrededor para servirlo como guarnición y unas ramitas de tomillo.

3. Hornea los contramuslos con las patatas y boniato durante 30 minutos a 180º con calor arriba y abajo y ventilador para asegurarte de que se cocinan bien y de que quedan jugosos.

4. Para servir este plato principal, coloca un contramuslo acompañado de patatas y boniato con frutos rojos adornados con una ramita de romero en cada plato y sírvelo caliente para que tus invitados disfruten con cada bocado.

# Notas del Chef

https://cookinglovers.teka.com/es/receta/contramuslos-de-pollo-asados-con-frutos-rojos/