

## Bocaditos de pollo y verduras

RECETA





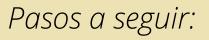
## Bocaditos de pollo y verdura

Apto desde el inicio de la alimentación complementaria y para toda la familia

Tan simple como:

**-Elegir unas verduras:** Aquí un trozo de calabacín y zanahoria (pero puedes usar setas, berenjena, cebolla, brócoli, espárragos, alcachofas....).





- Saltear las verduras con aceite.
- Condimenta a gusto: orégano, eneldo, pimienta, sal (a partir de 1 año de edad, pero mejor evitar), nuez moscada...
- 3 Añade a la carne picada, añade unas cucharadas de pan rallado para ligar (la cantidad depende de las verduras que le pongas).
- Si las quieres más jugosas añade miga de pan remojado en agua o caldo. A los peques le suele gustar más así.
- Mezcla bien.
- Dale forma que quieras y cocina a fuego bajo en una sartén con aceite. ¡Y listo para comer!



