

Pollo Asado Mariposa



Ingredientes

Cabezas de ajo: 4 Unidades

Pollo campero entero: 1 unidad

Naranjas: 3 Unidades

Sal y Pimienta: c/n

Aceite De Oliva: c/n

Guarnición

Aceite De Oliva: 50 miliitros

Dientes de ajo: 4 Unidades

Patatas de ración: 300 Gramos

Ramo de perejil: 1 unidad Sal y Pimienta: c/n

Preparación de la Receta

- Precalentar el horno a 220 ° C.
- Colocar el **pollo**, con la pechuga hacia abajo, y con los muslos pegados a nosotros.
- Con unas tijeras de cocina afiladas o tijeras de ave, cortar a lo largo a cada lado de la columna vertebral.
- Retirar y desecharla.
- Abrir el pollo y cortar el esternón para poder sacar el hueso de la pechuga.
- Con una puntilla de cuchillo ir cortando el *hueso* de la pechuga para poder desprenderlo completamente.
- Salpimentar esta parte.
- Cortar los ajos por la mitad y las naranjas en rodajas gruesas
- Colocar un papel de sulfurizado sobre una bandeja de horno.
- Rociar con un poco de aceite de oliva y colocar el pollo con la piel hacia arriba.
- Poner los ajos y naranjas alrededor.
- Añadir las patatas para hacerlo todo en uno.
- Espolvorear con sal y pimienta y rociar con un poco de aceite.
- Hornear durante 40 minutos