

Patatas de pollo en el Microondas

Rinde: 8 porciones

Ingredientes:

1 taza ketchup

5 cucharadas de curry (en polvo)

1 cucharadita de pimienta de Cayena (en polvo)

8 patas de pollo

Instrucciones:

-En una cazuela grande (que se puede usar en el microondas seguramente) combinar el ketchup, curry en polvo y polvo de Cayena. Mezclar.

-Agregar patas de pollo y cubrir de las especias y ketchup.

-Colocar las patas de pollo en forma circular, con la parte delgada de las patas en el centro del plato

-Cubrir y cocinar en el microondas en nivel alto para 12 a 15 minutos o hasta que el pollo está cocinado y los jugos salgan limpios (temperatura interna es de 165 grados).